

Debat: Kød er det største madspild

2. september 2014, Information, Sektion 1, Side 21 (DEBAT), Kenneth Ibsen, næstformand i Dansk Vegetarforening..., 238 ord, Id: e48ed120

Bekæmpelse af madspild er for tiden højt på dagsordenen. Forbrugerbevægelsen Stop Spild af Mad fortæller jævnligt, hvordan man laver lækker mad ud af rester, og hvordan man kan spare penge ved at minimere madspild.

I Dansk Vegetarforening synes vi, det er dejligt, at der er kommet fokus på bekæmpelsen af spild af mad. Men mange glemmer, at **kød** faktisk er en af de største former for madspild.



Når man producerer et kilo svinekød, er der blevet brugt mindst fire kilo korn. Når man producerer et kilo oksekød, er der blevet brugt mindst syv kilo korn. Produktionen af **kød** er enormt ineffektiv, fordi der er meget lidt af energien i afgrøderne, som omsættes til det **kød**, vi finder i supermarkedernes kølediske.

Helt konkret betyder det, at når man **spiser** et kilo **kød**, så **spiser** man også indirekte adskillige kilo foder, hvilket lægger beslag på store landbrugsarealer.

Faktisk er det en tredjedel af verdens dyrkbare arealer, som bruges på at producere dyrefoder.

Tænk engang. hvis vi dyrkede mad til mennesker på disse arealer. Så kunne vi bruge de syv kilo korn, som et kilo oksekød kræver, til at brødføde langt flere mennesker, end vi gør i dag.

Omlægningen af vores kost kan blive nødvendig, når der i fremtiden bliver flere mennesker på jorden, og fødevarerforsyningen kommer under yderligere pres. I lyset af dette fremtidsscenarie er det uansvarligt at bruge så mange kilo afgrøder på at producere langt færre kilo **kød**.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne

Lørdagsbøffen koster

22. april 2014, Information, Sektion 1, Side 4, Kim Kristensen..., 916 ord, Id: e45e29cf

Mens politikerne drøfter, hvordan de mindsker udslippet af de farlige drivhusgasser ved at få folk til at tage toget, køre mindre i bil eller skrue ned for varmen, kommer Dansk Vegetarforening med en ny løsning: Kvit **kødet**.

Sæt mål for en kødreduktion. Sådan lyder opfordringen fra Dansk Vegetarforening, efter at FN's klimaekspert endnu en gang har advaret om, at det stigende CO₂-udslip vil føre til hungersnød, oversvømmelser og flygtningekriser i dette århundrede.



»Vi ved, at produktionen af **kød** er ansvarlig for en stor del af den globale udledning af drivhusgasser.

Derfor er det oplagt, at Danmark tager den grønne førertrøje på og nedbringer forbruget af **kød**,« siger Dansk Vegetarforenings formand, Mette Kure Hansen.

Dansk Vegetarforening opfordrer derfor klima- og energiminister Rasmus Helveg Petersen (R) til at lave en oplysningskampagne for at få os til at spise mindre **kød**, at sætte et mål for reduktionen og at lave en plan for, hvordan man når dette mål.

SR-regeringens mål er i forvejen at nedbringe udslippet af drivhusgasser med 40 procent i 2020.

FN har beregnet, at kødproduktionen bidrager med 18 procent af den samlede udledning af drivhusgasser.

Og heri er der ikke taget højde for, hvad der kan vindes, hvis der genplanter skov på nogle af de tidligere landbrugsarealer.

»Danmark har i mange år været first mover på CO₂-reduktion. Nu ser vi et akut behov for at blive first mover på kødreduktion. Det er en dagsorden, som både den tidligere og den nuværende regerings klimaministre har forsømt,« siger Mette Kure Hansen.

Sætter du således tænderne i en lørdagsbøf på 250 gram, svarer måltidets klimabelastning i form af drivhusgasser til 20 kilometers kørsel i bilen. Et kilo bøfkød koster nemlig 12,98 kilo CO₂ at producere. Værre bliver det med fårekød, som når op på 17,4 kilo CO₂ pr. kilo. Kan du ikke undvære **kød**, er det miljømæssigt bedst at spise fjerkræ, der koster 4,57 kilo CO₂ pr. kilo.

Årsagen til, at **kød** generelt er dyrt miljømæssigt, er ikke kun, at meget af den mad, som dyr fodres med, kan anvendes til menneskeføde; tarmluften fra drøvtyggere som får og køer består af metangas, der er en 23 gange mere kraftig drivhusgas end kuldioxid.

SF's klima-og energiordfører, Steen Gade, er samtidig Nordisk Råds klimatalsmand. Og Nordisk Råd har netop besluttet at opfordre regeringerne til at lave en oplysningskampagne om sammenhængen mellem klimaet, og hvad vi **spiser**.

»Klimadebatten handler ikke kun om, at vi skal køre i miljøvenlige biler - den handler lige så meget om, at vi skal spise mindre **kød**. Der er jo masser af argumenter for, at vi skal spise mindre **kød**. Og forbrugerne skal have klarhed over, hvordan deres madvaner hænger sammen med både klimaforandringer og sundhed,« siger Steen Gade. Enhedslistens klimaordfører, Per Clausen, mener heller ikke, at der er noget at betænke sig på: »Ved siden af alle de tiltag, vi skal tage i forhold til at sikre omstillingen til en energirigtig produktion, kan vi også give borgerne nogle redskaber, så de selv kan handle. Det her er valg, som er til at overskue. Det er tit så besværligt at vælge det rigtige eller forkerte. Men i forhold til klimaet er valget her enkelt.« DTU Fødevareinstituttets seneste kostundersøgelse viser, at gennemsnitsdanskeren **spiser** 48 kilo **kød** i løbet af et år - hvilket er en fordobling i forhold til for blot et halvt århundrede siden.

Ifølge seniorrådgiver Sisse Fagt **spiser** især danske mænd meget **kød**.

Der anbefales et indtag på maksimalt 500 gram tilberedt rødt **kød** om ugen, ligesom indtaget af forarbejdet **kød**, især med højt indhold af fedt og/eller salt, bør reduceres mest muligt.

Mænd **spiser** op mod 125 gram rødt **kød** om dagen, i tilberedt eller forarbejdet form.

»Ernæringsmæssigt er der ingen tvivl. Især mænd behøver ikke spise så meget **kød**, som de gør,« siger Sisse Fagt.

Ingen oplysningskampagne

Klima-og energiministeren er enig i, at »kødforbruget er en af de ting, der bidrager til det samlede CO₂-udslip i verden - i øvrigt lige som så mange andre ting«. Men Rasmus Helveg Petersen har ikke tænkt sig at følge opfordringen om en oplysningskampagne. I hvert fald ikke her og nu: »Regeringen er ikke ked af den danske klimainsats. Så kommer der nu et ønske om, at vi gør noget mere ved det. Hvilket jeg håber, det kommende

Klimaråd vil se på i den fortsatte rådgivning. Det er da et meget sympatisk og relevant forslag. Men der er mange grupper, som har hver deres interesser. Jeg vil gerne have, at vi samlet kigger på, hvordan vi lettest og billigst nedbringer vores CO 2 -udslip«.

kik@information.dk

Vi ved, at produktionen af **kød** er ansvarlig for en stor del af den globale udledning af drivhusgasser.

Derfor er det oplagt, at Danmark tager den grønne førertrøje på og nedbringer forbruget af **kød** Mette Kure Hansen Formand, Dansk Vegetarforening.

Fakta: 18%

af den samlede udledning af drivhusgasser kommer fra kødproduktionen, viser beregninger fra FN.

FAKTA

Fødevarernes klimaaftrek Produktion og forbrug af fødevarer udgør mellem 22 procent og 31 procent af EU's samlede udledning af drivhusgasser. **Kød** og kødprodukter er de fødevarer, som giver det største såkaldte klimaaftrek efterfulgt af mælk, smør og ost. Europas samlede forbrug af **kød** og mejeriprodukter er således opgjort til at være ansvarlig for 14 procent af den effekt på den globale opvarmning, som det samlede forbrug i Europa forårsager.

De laveste klimaaftrek kommer fra de plantebaserede fødevarer som frilandsgroentesager, mel, gryn og brød. Klimaaftrek fra fisk og skaldyr viser stor variation med hummer og frosne pillede rejer som de største klimasyndere og muslinger som de mest klimavenlige.

Klimaaftrekket bestemmes gennem såkaldte livscyklusvurderinger. Når en fødevarers klimaaftrek bestemmes, vurderes klimaeffekten i alle led af produktionskæden ' fra vugge til grav'.

Kilde: Fødevareministeriet.

- Grunden til, at **kød** generelt er dyrt miljømæssigt, er ikke kun, at meget af den mad, som dyr fodres med, kan anvendes til menneskeføde; tarmluften fra drøvtyggere som køer består af metangas, der er en 23 gange mere kraftig drivhusgas end kuldioxid.

Foto: Jakob Dall

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Værs'go' og spis : Og glem så det hele et par timer

📅 25. oktober 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 695 ord, Id: e4a41e10

Det er årstid for rustikke langtidssimrede retter med kraftig smag; mad, der får mere smag netop af tiden og af at passe sig selv.

Henter billede...

Til formålet er jeg begyndt at bruge en høkasse.

Det er en kasse, der er isoleret, så den kan holde en gryde varm. Det er samme princip, som når man lader risengrøden koge færdig under en dyne i sengen.

Men først skal der blus på.

Gryden med det kogende indhold pakkes straks ind i et par aviser eller et tæppe og stilles i høkassen. Luk godt og tæt, f. eks.

med en pude.

Generelt vil kogetiden i høkassen være dobbelt så lang som ved kogning på blus.

Dette gør at f. eks. udtræk af smags- og aromastoffer bliver større, og retter som sammenkogte krydrede gryderetter med **kød** og bælgfrugter bliver ekstra smagfulde.

Lad ikke maden komme under 60-65 grader i mere end en time. Generelt skal man højst lade **kød-og** mælkeretters kogetid i i tre timer. De fleste sygdomsfremkaldende mikroorganismer vil ikke kunne overleve i mange timer ved 50 grader. Brug evt. et termometer. Når det kan lade sig gøre, kan det være en god idé at koge maden igennem igen når den tages op af høkassen.

Græskarsuppe med linser 4 personer

500 g hokkaido-græskar med skræl uden kerner 0,5 dl olivenolie 2 dl røde linser eller flækkede gule ærter 2 spsk. koncentreret tomatpuré 2-3 kviste frisk timian 1 liter grøntsagsbouillon eller vand, salt og friskkværnet peber
Drys: Friske krydderurter f. eks.

koriander, dild, purløg Tilbehør: Evt. brød? Vask græskar, flæk det og fjern kerner.

Skær græskarret ud i stykker. Steg dem i olie i en 2 l/ 2-liters gryde.

? Tilsæt linser eller flækærter, tomatpuré, timian og bouillon. Kog i 5 min. under låg.

? Pak gryden ind, sæt den straks i høkassen og læg pude og låg på.

Lad retten stå i høkassen 40 min. til græskarret er mørt. Hvis suppen står i høkassen længere end 3 timer, skal den koges op inden servering.

? Blend suppen glat, og spæd evt.

med vand eller bouillon til passende konsistens. Smag til med salt og peber.

Spis suppen med et godt drys hakkede krydderurter og evt. brød.

Bankekød 4 portioner

400 g mellemskært oksekød f. eks. bov eller tykkam i skiver 2 løg 2 persillerødder 2 gulerødder 1/ 2 kålrabi eller knoldselleri 2 spsk. olivenolie 2-3 fed hvidløg 1 tsk. knust sort peber 3-4 friske laurbærblade, evt. tørrede 1 mørk øl eller red ale (33 cl) 3 spsk. hvedemel 1/ 2 spsk. groft salt 25-50 g smør
Drys: 1 lille bundt persille Tilbehør: Kartoffelmos? Pil løg og skær dem i skiver fra top til rod. Skrub eller skræl grønsagerne og skær dem ud i ensartede stykker størrelse med tændstikæsker.

? Steg grøntsagerne 5 min. i olivenolie i en 4-5 liters stegegryde. Tilsæt knust hvidløg, laurbærblade, peber og øl. Læg låg på gryden.

? Skær **kødet** i tynde skiver og bank det let med en kødhammer, kagerulle eller håndroden. Bland mel med salt og peber.

Vend kødskiverne i melblandingen. Brun **kødet** i smør på en pande af to omgange.

Læg de brunede kødskiver oven på grøntsagerne i gryden. Bring gryden i kog og kog 10 min. under låg. Pak gryden ind, sæt den straks i høkassen og læg pude og låg på. Lad

retten stå i hokassen 2 timer, til **kødet** er mørt. Kog evt. igennem hvis temperaturen er under 60 grader eller hvis **kødet** ikke er helt mørt.

? Smag til med salt og peber. Drys med hakket persille og **spis** med kartoffelmos.

Høkassekogt kartoffelmos 4-6 personer

1 kg melede kartofler, evt. søde 3-4 liter kogevand salt og friskkværnet peber 1/ 2-1 dl olivenolie eller 25-50 g smør evt. ca. 4 dl mælk? Skrub eller skræl kartoflerne. Er de meget store skæres de i mindre stykker.

Kog kartoflerne 5 min. i vand i en 4-5 liters gryde under tætsluttende låg.

? Pak gryden ind, sæt den straks i hokassen og læg pude og låg på. Lad den stå i hokassen 40 min., til kartoflerne er møre. Hæld kogevandet fra og gem evt.

lidt.

? Mos kartoflerne med et piskeris. Rør kogevand eller mælk i sammen med olivenolie eller smør til passende blød konsistens. Smag til med salt og peber.

modernetider@information. dk.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Debat: Drop palæo-kuren, før den slår dig ihjel

8. marts 2014, Information, Sektion 1, Side 18 (DEBAT), Holly Baxter..., 777 ord, Id: e44c77bb

Kommentar Salatgnasker, gå blot frydefuldt ombord i din hummus - det er efterhånden umuligt at nægte, at for meget kød, for mange æg og mælkeprodukter er usunde.

*Holly Baxter er freelance journalist og medstifter af Vagenda © Guardian og Information Oversat af Nina Trige Andersen
Intermetzo af Georg Metz er ud skudt til på mandag*



Hver gang jeg bestiller en vegetarburger, kommer spørgsmålet. En af de andre omkring bordet læner sig frem mellem to bidder af deres dobbeltburger, og foregiver med en hvis anstrengelse velvillig interesse: »Nå, så du er altså vegetar? Er det, fordi du bedst kan lide det, eller er det af, hvad skal man sige, etiske årsager?« Spørgeren tilbyder mig altså en høflig udvej. Spørgsmålet er formuleret, så jeg undskyldende kan gestikulere mod min halloumi-ost og mumle et eller andet selvnedgørende om en dårlig fordøjelse og sart helbredstilstand.

Jeg kan guffe mine falafelkugler i mig i stilhed og tavst luske af med mine private meninger om forholdene i landbrugsindustrien, global opvarmning og overforbrug af antibiotika.

Eller også kan jeg indrømme, at mine madvalg er, ja, teknisk set etisk begrundede, og derpå for 212. gang gennemgå den udmattende samtale om præcis, hvorfor jeg lever efter den slags overvejelser.

Det hele ender uundgåeligt med, at en eller anden oplyst kødæder med baconfedt dryppende ned ad hagen fortæller mig alt om, hvor stor en hykler, jeg er, når jeg alligevel **spiser** ost.

Jeg, en egovegetar

Personligt er jeg helt med på, at de fleste af mine holdninger er hykleriske, når jeg stadig køber smør og elsker mozzarella.

For at være helt ærlig, så skyldes en betragtelig del af mine bevæggrunde for at være vegetar ren egoisme: Jeg har altid mistænkt **kød** - og især rødt eller forarbejdet **kød** - for at være relativt uforeneligt med den menneske lige krop. Og ifølge de seneste studier af proteinindtag lader det til, at den teori måske ikke er så langt fra sandheden.

The National Health and Nutrition Survey har indsamlet data fra 6.381 personer fra hele USA og fundet ud af, at kostvaner med højt indtag af animalsk protein (i modsætning til protein fra vegetabiliske kilder) kan være ligeså skadeligt som f. eks. rygning. Folk under 65 år, som ofte **spiser kød**, æg og mælkeprodukter har fire gange så stor risiko for at dø af kræft eller sukkersyge.

Nu kan man måske beskyldes mig for at deltage i 'alt kan fremkalde kræft'-kampagnen.

Men der er også en anden væsentlig kampagne i gang. Tænk på de endeløse rækker af dameblade og selvhjælpsbøger, som promoverer Dukan-kostplanen eller den internationalt anerkendte Atkinsplan, eller nå ja, »at gå palæo«. De anbefaler alle et regulært overforbrug af protein, og at kulhydratindtaget skæres kraftigt ned. Alle hævder de at basere sig på gedigen lægeforskning.

Men nu ser det altså ud til, at alle de kilo, du har tabt for din sundheds skyld, kan komme tilbage som en boomerang og æde en måned af dit liv for hvert bildæk, du kom af med.

Vægttab som trussel

Jeg er vokset op i en grøntsags-fjendtlig by i det nordlige England, hvor kosten bestod af chicken nuggets og dybstegte kødkroetter, længe før Jamie Oliver begyndte at antyde, at der måske var et problem i at fodre børn med elementer fra hundemad. Jeg forventer derfor ikke at høste frugterne af en livslang sund kost inden for den nærmeste fremtid.

Men hvis det er sandt, at 39 procent af alle kvinder angiveligt er på diæt det meste af tiden, og at gennemsnitskvinden bruger 31 år af sit liv på at være på kur, har især vi udsigt til et kæmpeproblem, når vi når midtvejs i vores liv.

Mens protein-shakes, der kan »pumpe dig op«, og reklamer, som forlanger svar fra den forbipasserende på, om han er »mand nok« til at æde en femdobbel burger, indtil nu har været maskuline domæner, så er højprotein-kostfænomenet nu nået til kvinderne.

Det er endnu ikke muligt at konkludere på de langsigtede effekter, men de nyeste undersøgelser bør ikke ignoreres. De er en væsentlig advarsel til et samfund, som er besat af protein og vægttab, og som kører på et kødproduktivt overdrev med mere tilgængelig fastfood end nogensinde før. I sidste ende gør det ingen forskel, om du skærer ned på **kødet** af kærlighed til bløde forårskåde lam eller på grund af en dybfølt narcissisme kombineret med en stærk overlevelseshæder.

Måske betyder dit reducerede kødforbrug, at du bliver nødt til at besvare akavede spørgsmål over en skål hummus, men op med humøret - vi har alle vores at slås med.

Og derfor, af kærlighed til det offentlige sundhedssystem, vær rar at forvise din gennembladet rede palæo-bog til skraldespanden.

Noget tyder nemlig på, at du selv kommer til at betale prisen for dens lokkende løfter om at gøre dig tyndere.

debat@information.dk

Jeg er vokset op i en anti-grøntsag by i det nordlige England, hvor kosten bestod af chicken nuggets og dybstegte kødkroetter, længe før Jamie Oliver antydede, at der måske var et problem i at fodre børn med elementer fra hundemad.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Hundekød på vej til danske supermarkeder

1. april 2014, Information, Sektion 1, Side 6, Kristian Villesen og Ulrik Dahlin..., 653 ord, Id: e4565611

En ny EU-forordning vil gøre op med det danske forbud imod at opdrætte hunde med henblik på salg af **kød**. Når man kan slagte hunde i Rumænien, skal man kunne det samme i Danmark, lyder det. Sagen forventes at kunne blive en vigtig del af den kommende EU-valgkamp.

Henter billede...

I Kina **spiser** de hunde. Og måske gør vi det også snart i Danmark.

I hvert fald er der åbnet op for, at lille Fido kan komme på middagsbordet, hvis en ny EUforordning som ventet i dag bliver stemt igennem i Europa-Parlamentet.

Forordningen, som er et element i en kommende international handelsaftale med Kina, vil nemlig gøre op med det danske forbud imod at slagte hunde med henblik på at sælge **kødet** til detailhandlen.

Grundlaget for forordningen er hensynet til den frie konkurrence i EU.

Flere steder i Slovenien og Bulgarien har man i dag farme, som producerer hundekød til især Kina og det asiatiske marked. Og for at sikre ens vilkår i det europæiske fællesskab vil EU altså nu gøre det lovligt også i Danmark at opdrætte hunde med henblik på slagtning og salg af **kød**: »Selv om slagtning og spisning af hunde kan forekomme mærkeligt for folk i Danmark - og det forstår jeg sagtens, at det kan - så må vi naturligvis have samme regler

over alt i Europa,« siger ledende vicekontorchef i EU's generaldirektorat for Landbrug og Udvikling af Landdistrikter Helmuth von Humpert og tilføjer: »Når man kan slagte hunde i Bulgarien, skal man også kunne gøre det i Danmark.« Om nogen i Danmark vil gøre brug af muligheden, vides endnu ikke - lige som det ikke vides, om der på et tidspunkt vil komme hundekød i køledisken i det lokale supermarked.

Men i foreningen Den Danske Detailhandel er man ikke principielt afvisende: »Vi har ikke hund i sortimentet i danske supermarkeder i dag, men skulle der opstå en efterspørgsel og dermed et marked for danskproduceret hundekød, vil jeg ikke afvise, at det også kan have i den danske detailhandel,« siger chefkonsulent i foreningen Anton Lyst.

Mindre positiv er foreningen Hundenes Værn: »Tanken er direkte ækel. Søde og raske hunde vil man slå ihjel på dansk jord og sælge som bøffer. Vi kan kun tage afstand fra ideen,« siger formand for Hundenes Værn Steffen Briard.

Bliver en del af valgkampen Sagen om danskproduceret hundekød i kølediske og ved middagsborde kan meget vel blive en »en varm kartoffel« i den kommende debat op til valget i Europa-Parlamentet. Det vurderer den politiske kommentator ved ugebrevet Dan-Nyt, Jonny Quatsch: »Det her må siges at være en appelsin i turbanen for Dansk Folkeparti.

Det er ganske enkelt vand på deres mølle,« siger Jonny Quatsch.

Dansk Folkeparti har tidligere kæmpet kæledyrenes kamp, og partiet ser generelt EU som en trussel imod den danske selvbestemmelse: »Netop derfor er der ingen tvivl om, at Dansk Folkeparti vil slås med næb og klør for at få hundekødssagen til at blive en central del af den kommende valgkamp.

Den her ligger lige til højrebænet for Dansk Folkeparti, så de vil sætte alle sejl til og holde fuld damp på kedlerne,« siger Jonny Quatsch, som også forudser, at hundekødssagen kan blive endnu et problem for regeringen: »Regeringen har haft problemer med at appellere til den brede befolkning i sagen om EU og børnepenge.

På samme måde kan man forvente, at sagen om hundekød kan blive en tabersag for regeringen, hvis den kritikløst støtter op om EU's linje,« vurderer Jonny Quatsch.

ville@informaton.dk /uda@information.dk

Fakta: FAKTA

Hundekød **spises** i dag især i Asien, herunder lande som Kina, Vietnam og Sydkorea, hvor det anses som en stor delikatesse.

Kødet skulle angiveligt smage som lammekød, men have en lavere fedtprocent afhængig af hunderacen. Hundene opdrættes på farme, og det er en omkostningslav form for opdræt, fordi hundene er nøjsomme og bl. a. kan fodres med kadaveret af tidligere slagtede hunde.

Der er ifølge dyrebekyttelsesorganisationen WSPA problemer med dyrevelfærden i Sydkorea, hvor hundekød ifølge den folkelige overlevering skulle være godt for potensen: 'Oftentimes sidder hundene i deres tid på farmen i bure med gulve lavet af gitter. Burene er udformet på den måde, for at hundenes efterladenskaber og madaffald nemt skal kunne skylles væk'.

skriver organisationen på sin hjemmeside.

- Det er tvivlsomt, hvorvidt danskerne vil købe og spise hundekød, men det vil fremover være en mulighed, hvis en ny EU-forordning som ventet bliver stemt igennem i dag i Europa-Parlamentet. Det sker af hensyn til den frie konkurrence i unionen. Billedet her er dog fra Kina. Foto: Wu Hong

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Vendes, fyldes og vendes igen

7. december 2013, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 692 ord, Id: e420fa3e

Værs'go' og spis.

»Æbleskiven bliver flittigt vendt« hedder det i en kendt sang om juleaften. Æbleskiven er en lokal dansk spise. I gamle dage var det festmad året rundt, i dag **spises** de fleste æbleskiver i december. Men alt for mange æbleskiver **spises** fra frost, færdiglavede stegt i syntetisk duftende fedtstof og tomme indeni og helt uden lækkert fyld.



Det er en begrænset fornøjelse.

Æbleskiver og pandekager er ofte en sød servering, men både før i tiden og nu kan man støde på en slags salte varianter.

Pandekager og æbleskiver kunne ledsage sødsuppe og udgøre et middagsmåltid uden **kød**. I dag kan man få madpandekager med f. eks. grønsagsfyld, fisk, skaldyr og kødsovs.

I Asien får man som street food en slags æbleskiver fyldt med f. eks. blæksprutter. De seneste år er en stribe restauranter begyndt at lave æbleskiver med salt fyld. Jeg tror, det startede med Noma, der i den første kogebog havde æbleskiver med harerillette og pærepuré og på restauranten serverede en snack med den finske fisk muikko, der stak ud af æbleskiven, som indeni havde agurk og var drysset med hvidt eddikepulver.

I den netop udkomne Troldmandens Kogebog af Ronny Emborg er der en fin æbleskive med Karl Johan-svampe. Hold fast i alle detaljerne, for her er tale om præcisionsarbejde og en opskrift tænkt til professionelle - men gå roligt i gang.

Emborgs æbleskiver med Karl Johan - fire personer
Confiterede Karl Johan: 100 g Karl Johan 200 g klaret smør Æbleskivedej: 156 g mel 156 g fløde 120 g æggeblomme (ca. 3 stk.) 76 g Karl Johan-smør 210 g æggehvide 1 g fint revet citronskal 9 g salt Syltet hvidkål: 50 g hvidkål 200 g vand 200 g æbleeddike Karl Johan-fyld: 50 g mayonnaise 75 g hakkede confiterede Karl Johan 2 g salt 25 g finthakket syltet hvidkål 2 g citronsaft Tilbehør: små blade af friseésalater, rødbedeblade og vilde urter, hvis de er i sæson
Confiterede svampe: Karl Johansvampene dele i to på langs. Det klarede smør varmes op. Lad svampene simre på komfuret, indtil de er møre. Smørret sigtes fra og bruges til æbleskivedej. De confiterede svampe anvendes til fyld.

Dej: Æggehvider piskes stive. Mel, fløde, salt, æggeblomme og citronskal røres sammen. Det smeltede Karl Johan-smør røres i. De stive æggehvider vendes i dejen. Dejen fyldes i en sprøjtepose.

Hvidkålen snittes fint og lægges derefter i vand og eddike.

Karl Johan-fyld: Det syltede hvidkål presses fri for eddikelagen i en sigte.

Halvdelen af hvidkålen røres sammen med resten af ingredienserne til fyldet og fyldes i en sprøjtepose.

Æbleskivejernet varmes op og smøres med lidt Karl Johan-smør. Jernet fyldes halvt med æbleskivedej. Når der har dannet sig en skal i dejen, vendes den en halv omgang, og der fyldes lidt mere dej i. Når dejen igen har sat sig, vendes den igen en halv omgang, så der kun er en lille åbning i kuglen. Hullet fyldes ud med Karl Johan-fyld. Åbningen lukkes med

dej, og æbleskiven vendes igen og steges færdig. Der laves et lille hul i midten af æbleskiven, hvor der sættes et stykke af hver urt inden servering.

Æbleskiver bagt i smør med æble - ca. 25 stk.

3 æg 250 g hvedemel (4 dl) 0,5 tsk. tvekulsurt natron 2 spsk. sukker 0,5 tsk. stødt kardemomme 0,5 liter kærnemælk ca. 50 g smør til bagning Fyld: 6-8 stykker tørret æble i stykker eller 2 pigeoner - evt. rosiner eller svesker Tilbehør: syltetøj, flormelis eller flydende honning Slå æggene ud i en skål. Pisk dem sammen med mel, natron, sukker og kardemomme. Rør kærnemælk i lidt efter lidt. Pisk, til dejen er uden klumper, evt.

med håndmikser.

Varm æbleskivepanden op, kom en lille smørklat i hvert hul, og fyld 3/4 op med dej. Steg æbleskiverne ved middel varme.

Når de er lysebrune på undersiden, kommes æblestykker og rosiner eller et stykke sveske i.

Vend æbleskiverne med en strikkepind eller et træspyd, og steg dem lysebrune på den anden side. Steg dem derefter ca. 5 min. - drej dem rundt et par gange undervejs. Hold evt. æbleskiverne varme i et ovnfast fad i ovnen ved 150 grader.

Nyd med syltetøj og flormelis eller honning.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Værs'go' og spis.

[Henter billede...](#)

Madmæssigt er det ikke en ny sæson endnu, selv om vi har taget hul på forårsmånederne, og lyset er godt på vej. De første små spirer er klar, og de skal nok gro, men der går en rum tid, inden der rigtigt kan høstes. Det er godt at spise i sæson og lokal mad, men man skal have et stort lager af hengemt og konserveret for ikke kun at være henvist til kål og rodfrugter, der på denne årstid kan være noget kedsommelige at blive ved med at gå i køkkenet med - og ensformige at sætte til livs.

Variation

Jeg har kapituleret - og tilstår, at jeg i de seneste uger er blevet fristet af importerede eksotiske frugter og grønsager. Hvis man ikke gør det på denne tid af året, skal man slet ikke gøre det! For resten af året er det meget lettere at få det lokale i sæson.

Man kan være heldig at få en god moden mango, avokado eller passionsfrugt men det er ofte kun en skygge af den oplevelse, man får med træmodnede frugter, der hvor de dyrkes. Man skal huske at lugte til importeret frugt, der ofte bliver opbevaret længe og af og til for fugtigt, og det giver mug og hengemt lugt og smag. Mugsmagen kan ødelægge en ret fuldstændigt. Så tjek råvaren og find de bedste eksemplarer. Variation på tallerknen skal der til, mens vi venter på de friske sager tættere på, hvor vi bor.

Côte de boeuf med globalsalat - 2 personer 1 côte de boeuf (ca. 600 g højrebsbøf med ben) eller 2 bøffer med fedtkant salt og friskkværnet peber Globalsalat: 1 lille hoved hjertesalat 1 moden mango 3 stilke bladselleri 1 passionsfrugt ca. 2 spsk. frisk limesaft 2 spsk. ekstra jomfruolivenolie 1/2 lille rødløg ca. 1/2 rød chili efter smag 1 stor eller 2 små modne avokado 1 lille håndfuld friske koriander 8-10 topskud frisk basilikum? Varm en stegepande godt op. Smelt fedt fra fedtkanten af bøfferne ved at holde dem lodret evt. med en pincet eller to gafler til der er afsmeltet fedt på panden.

Brun **kødet** på begge sider, krydr med salt og peber, og skru ned til svag varme, hvis bøffen er tyk, og middel, hvis det er to tyndere bøffer, der blot steges nogle minutter på hver side. En côte de boeuf skal steges ca. 6-7 min. på hver side, mærk om den føles rød eller rosa efter smag.

Lad den hvile i fem minutter, og skær den i skiver som en lille steg. En côte de boeuf kan også brunes og steges 15-20 min. i en 200 grader varm ovn.

? Salat: Skyl salat, frugter, grønsager og krydderurter i en balje koldt vand. Lad det hele dryppe godt af.

? Snit eller riv salaten i mindre stykker.

Skræl mangoen, skær frugtkødet fra stenen og skær det ud i mindre stykker.

Snit bladselleri i skiver. Bland det hele sammen i en skål. Skær passionsfrugten over, og skrab kerner og frugtkød ud med en teske og ned i skålen.

? Bland en dressing af limesaft, olivenolie finthakket rødløg og chili. Krydr med salt og peber. Flæk avokadoen, fjern stenen og skrællen og skær avokadokødet ud i tern. Vend sammen med dressingen og derefter sammen med resten af salaten og basilikum og koriander. Smag til med salt, peber og limesaft.

Vagtler og avokadopasta - 2 personer 2 vagtler 25 g smør salt og friskkværnet peber 1 glas tør eller halvtør hvidvin Avokadopasta: 150-200 g tørret pasta, f. eks. båndpasta eller spaghetti 2 store modne avokadoer ca. 1/ 2 citron 2-3 spsk. fint revet parmesanost salt og friskkværnet sort peber 200 g pillede edamame (friske sojabønner) fra frost eller friske grønne bønner? Vagtler: Varm smør i en rummelig stegegryde og brun vagtlerne på alle sider til de er gyldent brune. Krydr med salt og peber. Tilsæt hvidvin og lad retten småsimre ca. 40 minutter under låg, til vagtlerne er gennemstegte ved lårene.

? Avokadocreame: Skræl avokadoerne, og fjern stenene. Mos avokadokødet med en gaffel med citronsaft. Smag til med parmesanost og salt og peber.

? Sæt rigeligt vand over til at koge pastaen i. Beregn 1 liter vand og 2 tsk.

groft salt pr. 100 g tørret pasta. Kog uden låg og rør i gryden af og til. Læs kogetiden på pakken. Smag på pastaen, og kog den ikke længere, end at den stadig er al dente.

? Tilsæt bønner og lad dem koge med pastaen 2-5 min. afhængigt af typen.

Hæld straks pasta og bønner i et dørslag og tilbage i gryden. Bland sammen med avokadocremen. **Spis** straks med stegte vagtler og stegeskyen.

modernetider@information.dk0.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Den første høst

26. april 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 744 ord, Id: e45ffacb

Værs'go' og spis.

Henter billede...

Juhuu! Nu kan de første grønne asparges og rabarber høstes. De er begge det ultimative tegn på, at vi tager hul på forsommeren, hvor vi igen kan nyde friskt lokalt og sætte nye **spiser** på bordet. Og det er kun begyndelsen på en lang række grøntsager, der kommer frem herhjemme de næste måneder.

Opgaven med at få de friske råvarer er ofte mere tidskrævende end at gå i køkkenet og få dem gjort spiseklar. Her er et par bud på, hvad man gør, når man enten selv har høstet jorden eller skaffet til huse.

Asparges

Læg mærke til om aspargeserne er friske. De skal have tætlukkede hoveder og en glat overflade. De skal ikke være sprunget ud. Beregn 5-7 grønne asparges og 4-5 store hvide pr. person som forret. Skyl kort tid i koldt vand, så aspargeserne er fri af sand eller jord.

Hvide asparges: Skræl dem fra hovedet og nedad.

Grønne asparges skal ikke skrælles.

Bræk den nederste seje ende af. Helt friske asparges kan **spises** rå og evt.

fint snittede. De kan grilles, men de nye er finere, når de har været kogt kort tid i saltet vand. Det giver en mere fyldig smag, der ikke er så markant som ved stegning. Kogetiden for grønne er kortere end for hvide, ca. 2-8 min. afhængig af tykkelsen. Tag aspargeserne op med en hulske, og lad dem dryppe af evt. på et rent klæde og nyd dem friskkogte med lidt smør, hollandaisesovs, en god vinaigrette med hårdkogte æg, pocheret æg, skiver af ferskrøget laks eller dampet hvid fisk.

Rabarberkompot - 6-5 portioner

500 g rabarberstilke uden blade 150 g rørsukker? Skær bladene og lidt af foden på rabarberstilkene væk og skyl dem.

? Skær dem ud i mindre stykker og læg dem i et ovnfast fad. Bland rabarberstykkerne med sukker. Dæk fadet. Sæt det i ovnen ca. 15 min. ved 225 grader, til rabarberne er møre, men ikke mosedede. Rabarberkompot kan også koges forsigtigt i en gryde ved svag varme.

Stegt makrel med rabarberkompot og perlespelt med krydderurter - fire personer

4 makrelfileter fra 2 mellemstore makreller 1 spsk. olie 2 tsk. god sojasovs eller tamari friskkværnet peber 2 tsk. citronsaft Perlespelt med krydderurter: 100 g perlespelt 2 spsk. ekstra jomfruolivenolie lidt salt 2 tsk. citronsaft 1/2 liter blade af blandede krydderurter: purløg, bronzefennikel, persille, dild, løvstikke, ramsløg m. m.

Tilbehør: 150 g rabarberkompot (se ovenfor) + ca. 1 spsk. æbleeddike Krydderurtespelt: Skyl perlespelten i vand, og kog den mør i rigeligt letsaltet vand ca. 20 min., så den stadig har bid, men er uden rå kerne.

Hæld i et dørslag og lad vandet løbe fra.

? Tilsæt olie, citronsaft og salt.

? Lad blandingen køle lidt af. Skyl og hak krydderurterne og bland med perlespelten. Smag til med salt og citron.

Makrel: Skyl hurtigt makrelfileterne i iskoldt vand. Dup den tør med køkkenrulle. Skær hver makrelfilet ud i to stykker.

? Steg fileterne i 5-7 min. til de er sprøde i olie på en slip let-pande ved middel varme på skindsiden. Hold fisken nede med en palet, så skindet bliver sprødt.

Kødet skal være lige netop gennemstegt, fast i konsistensen og farven skiftet fra rødlig til lysere og grålig.

? Krydr med sojasovs og peber. Vend fileterne, og lad dem stege nogle minutter ved svag varme, til de er gennemstegte.

Fjern de små ben, der sidder i midten af fileten med en pincet.

? **Spis** sprødstegt makrel med krydderurteperlespelt og rabarberkompot smagt til med æbleeddike.

Koldskålsis med rabarberkompot - ca. 1,5 liter

Kræver ismaskine 4 dl sødmælk (evt. maxisødmælk fra Thise Mejeri) ca. 125 g lys rørsukker 1 stang vanilje 8 æggeblommer 1 dl piskefløde 2 tsk. fint revet citronskal 2-3 spsk. citronsaft 1/2 liter gammeldags kærnemælk Tilbehør: rabarberkompot - se opskriften ovenfor? Varm sødmælk, sukker og flækket vaniljestang med både stang og korn op til kogepunktet uden at koge.

? Pisk æggeblommer sammen med fløde i en skål. Hæld ca. 1 dl af den varme mælkeblending i skålen, mens der piskes, og hæld blandingen i gryden. Pisk sammen kort tid og hæld blandingen igennem en si over i en skål. Køl straks blandingen ned.

? Tilsæt citronskal og -saft sammen med kærnemælken. Smag til og tilsæt evt.

mere sukker.

? Kør isen til cremet konsistens i en ismaskine. Isen kan evt. fyldes i en eller to brødforme og sættes i fryseren til den skal nydes. Servér blød koldskålsis med rabarberkompot.

Is uden ismaskine: Isen kan evt. fryses ind i en flad bakke i fryseren. Rør jævnligt for at undgå krystaller.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Til frokost, natmad og den søde tand

21. december 2013, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 662 ord, Id: e42d2c0a

Værs'go' og spis.

I højtiden er der mange julesammenkomster, og mange gør en ekstra indsats for at spise godt sammen. Uden tvivl **spises** der mest

Henter billede...

hjemmelavet mad på denne tid af året. Nogle elsker at stå for alt, hvad der skal på bordet, men mange laver sammenskudsgilder, hvor alle har mad med til julebordet. Det bliver let til et orgie og et festfyrværkeri af lækkerier, som det er traditionen her midt i den mørkeste tid, hvor mad kan være en god opmuntring.

Ved at nyde sammen kommer vi tættere på hinanden. At lave mad til andre handler bl. a. om at give kærlighed, og det er, hvad julen handler om.

Her er en opskrift på dildsild til julefrokosten eller natmad og lækre kager til glögg, te, kaffebordet eller som gave til værten.

Sennepsgravede sild Til 8-10 sildeserveringer 500 g friske ferske sildefileter Modningslage: 1 tsk. groft salt 3 dl eddike 3 dl vand - eller 500 g gammeldags modnede hvide sild, drænet vægt Sennepsdressing: 2 spsk. dijonsennep 2-3 tsk. dansk flydende honning 2 æggeblommer et drys salt og masser af friskkværnet sort peber 2 tsk. hvidvinseddike 2 dl olie 1 spsk. vand 1 bundt dild evt. 2 spsk. tørret dild 1 bundt purløg eller 1 lille rødløg Tilbehør: Groft rugbrød eller friskkogte kartofler Skyl de ferske sildefileter i iskoldt vand.

Lad dem dryppe af. Drys med salt på kødsiden. Hæld en blanding af eddike og vand over, så sildene er helt dækkede.

Sæt dem i køleskabet 12-15 timer. Fisken skal være marineret så meget, at **kødet** er skiftet fra rå og blød med rød farve til fast med grålig farve. Hiv skindet af og kasser det og finnerne. Skær sildene ud i passende stykker.

Rør sennep med honning, æggeblomme og eddike, og krydr med salt og peber.

Tilsæt olien dråbevis, til æggeblommerne bliver tyktflydende. Rør derefter olien i dressingen i en tynd stråle, til den er cremet. Rør vand, finthakket dild eller evt. tørret dild i. Rør så meget dild i, at sovsen er grønspættet. Rør fintklippet purløg eller finthakket rødløg i.

Bland dressingen med afdryppede sildestykker. Lad dem trække i sennepsdressing mindst nogle timer eller til næste dag. Smag evt. til med ekstra sennep og servér med groft rugbrød eller kartofler.

Leckerli Lise Lotz har lavet en lille bog om honningkager med flere historiske kager, som mange forbinder med jul. En af dem er Leckerli der stammer fra Basel i Schweiz. Det er små seje kager, der kan varieres med forskellige nødder og krydderier.

Til 40-50 stk.

225 g honning (Fast honning kan smeltes i vandbad eller på en lun radiator) 150 g sukker 1/2 tsk. stødt kanel 1/2 tsk. stødt nellike 1/4 tsk. fint revet muskatnød 50 g syltet appelsinskal 1/2 økologisk citron (skal) 100 g pistacienødder 1/2 dl orangelikør eller

appelsinsaft 300 g hvedemel 1/ 2 tsk. bagepulver Glasur: 50 g flormelis 1,5 spsk. orangelikør eller appelsinsaft Pynt: 75 g mørk chokolade Smelt honning, sukker og krydderier sammen over svag varme i en lille gryde. Tag gryden af varmen. Rør syltet appelsinskal, revet citronskal og fint hakkede pistacienødder i den lune blanding. Rør likør eller appelsinsaft i og til sidst mel blandet med bagepulver. Rør, indtil dejen er ensartet.

Rul den klistrede dej ud mellem to stykker bagepapir til en firkant på ca.

30 x 30 cm og læg derefter dejen i køleskabet nogle timer eller natten over.

Træk forsigtigt det ene stykke bagepapir af, når dejen har hvilet og er kølet helt af. Drys dejen med mel og rul den glat, hvis den har fået folder af opholdet i køleskabet.

Bag dejen ved 190 grader i ca. 15 min.

Rør imens en tyk glasur af flormelis og likør. Pensl den bagte kage med glasuren, så snart den er kommet ud af ovnen.

Skær den derefter i stænger på ca. 1 1/ 2 x 8 cm. Lad kagerne køle af.

Smelt chokoladen og dyp den ene ende af hver lekkerli i chokolade.

modernetider@information.dk .

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



At nyde på trods af andres lidelse

19. juli 2014, Information, Sektion 2 (Sommertider), Side 16, Katrine Klinken..., 728 ord, Id: e47e8b41

Værs'go' og spis.

Kilde: Bl. a.: The Sacramento Bee. The Nosh Pit: ' Chefs renew foie gras battle with upcoming event' AF Chris Macias

Foie gras er ikke på mode. Foie gras er fedtlever fra gæs og ænder stort set altid fremkommet ved voldsom tvangsfodring med en metode, der kaldes gavage. I 2007 blev 29 lande i EU enige om at forbyde gavage - dog ikke i de lande, hvor det har stor kulturel betydning: Frankrig, Spanien, Bulgarien og Ungarn. Flere lande uden for EU har også forbud.

I Californien blev ikke bare produktion men også salg af foie gras forbudt for to år siden. Det er nu undergrundsmad. I det nordlige Californien kæmper en stribe kokke mod forbuddet. De mener ikke, at de skal holde op med at bruge foie gras i deres restaurantkøkkener, hvor det unægteligt har en meget lang historie. Og der er stadig en gruppe af madelskere, der ikke vil undvære foie gras. Det er ikke ulovligt at være i besiddelse af foie gras i Californien - man må bare ikke sælge det.

Kokkene kan f. eks. give kunderne en ekstra lille gratis servering mellem retterne. Der har endda lige været en aktion i form af en popup middag - The State of American Foie Gras event - hvor man på restaurant La Toque i Napa via en konkurrence på Facebook kunne få mulighed for at være med. På denne måde omgås forbudet mod at sælge foie gras. Det er interessant at være klar over, at foie gras enkelte steder i verden produceres uden gavage, hvor dyrene altså ikke brutalt tvangsfodres.

Hvor går grænsen?

I det nuværende og altdominerende fødevarer-system med factory farming opdrættes dyr til storproduktion af **kød**, mælk og æg.

Og hvor godt har et almindeligt baconsvin eller en burhøne det? Jeg har for nylig været i køkkenet med en levende hummer, som jeg aflivede med en kniv i hovedet, og forleden kogte jeg sprællevende rejer. Tvangsfodring, livet i et bur uden dagslys, frisk luft og manglende mulighed for naturlig adfærd må være smertefuldt for levende væsner.

Et stort spørgsmål er, om man overhovedet kan nyde mad fra levende væsener, der har lidt så meget? Diskussionerne om foie gras er forhåbentligt blot starten på at finde ud af, hvad vi som mennesker kan tillade os over for dyr. Men vil man leve, har man appetit, og der skal **spises**. Denne uge har jeg lavet vegetariske opskrifter.

Skyl quinoa i koldt vand inden kogning. Kog 20 min. i dobbelt så meget vand. Hæld vandet fra.

Bland kogt quinoa med fint snittede forårsløg, fint revet squash, kartoffelmel og mandelmel.

Hak chilien fint og tilsæt med salt.

Form 12 bøffer og steg dem ca. 5 min. på begge sider i varm olie, til de er gyldne og gennemvarme.

? Salat: Bland en salat af velsmagende friske grøntsager med en olie-eddikedressing. Nyd salaten med quinoa-bøffer, krydderurter og citron.

? Skyl tomaterne, og skær dem i grove stykker.

Mal safranen til pulver i en morter med salt. Lad safranen trække i hvidvin 10-15 min.

Skær fennikel i små stykker.

Hak løg fint. Sauter det i smør eller olivenolie i en tykbundet gryde, og tilsæt risene sammen med fennikel. Lad risene opsuge smørret, og tilsæt knust hvidløg og tomat i tern. Rør vin-og safranblandingen i.

Spæd med kogende bouillon eller vand.

Kom timianstilke i retten. Lad det hele småkoge under låg ca. 45 min. Rør jævnligt og tilsæt vand, hvis det er meget tørt og begynder at sidde fast i grydens bund.

Rør evt. reven parmesanost i risottoen det sidste minut. Smag til med salt og peber.

Og en enklere desserten kunne være dansk melon med rysteribs eller hindbær.

Fakta: Quinoa-bøffer med salat til fire personer

100 g quinoa (lys, sort eller rød) 2-3 forårsløg 200 g squash 50 g kartoffelmel 25 g mandelmel 1 frisk chili 2 tsk. salt Olie til stegning Salat: f. eks. radiser, grøn salat, agurk, tomat, forårsløg, blomkål og ærter olie-eddike dressing Tilbehør: Citron og friske krydderurter f. eks. basilikum, koriander, purløg mm.

Tomatrisotto

Tomat og fennikel giver sødme og fylde.

Risene bidrager med umami og safran lidt bittert. Retten holder smagsmæssigt også uden lagret ost.

Til 4 portioner 1 kg modne tomater på stilk 0,5 g hel safran 2 ½ dl tør hvidvin 2-3 stk. fennikel 2 nye løg 300 g risottoris 25 g smør til stegning eller 1/2 dl olivenolie 2-3 fed hvidløg ca. 8 dl kogende grøntsagsbouillon eller vand 3-4 stilke frisk timian evt. 100 g friskrevet parmesanost eller en fast lagret komælksost salt og friskkværnet peber.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådgivningsstilling i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Vores børn skal ikke være den nye ' Generation-Amalie'

8. marts 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 10, KRISTIAN VILLESEN..., 2725 ord, Id: e44c7822

Danske børn **spiser** med kniv, har hævekort og synger ' Nu er den stakkels krage død'. Vi har en lang tradition for at se børn som små voksne, der kan klare det meste. I andre vestlige lande beskytter man i højere grad børnene - derfor reagerede mange udlændinge med forargelse, da giraffen Marius blev parteret foran børn. Og derfor forstod mange danskere ikke kritikken.

Henter billede...

Nicoline og Jenny sidder på den samme stol og taler i munden på hinanden. Det var synd for giraffen Marius, at den skulle dø, er de fireårige kusiner enige om. Men når nu det var sket, så synes de, at det var fint, at løverne fik lov til at spise den: »Jeg har set det på min mors iPad. Det var hanløven, som spiste først. Og bagefter måtte hunløven spise,« siger Nicoline og kigger over på sin mor og moster. De sidder alle i den lille stue i huset Gladsaxe.

Der er kagetallerkener, legetøjsværd, Tripp Trapp-stole, vasketøj og en motionscykel, Jennys storebror, Andy, sidder på og tjatter til pedalerne. Lillebror Mikkel tonser rundt og vælter ting.

Både Nicolines mor, Tinna Kristensen, og hendes søster, Thekla Ravn, har vist film af parteringen af Marius for deres børn: »Jeg kan godt lide, at min datter ser den slags. Hun må gerne vide, at det **kød**, hun **spiser**, jamen det kommer altså fra nogle dyr,« siger Tinna Kristensen. Samme tilgang har Thekla Ravn til opdragelsen af sine tre børn: »For mig er det en helt naturlig ting for børn at se. Hvis ikke der havde været for langt at køre, var vi også taget ud for at se hvalerne.

Jeg forstår ikke, at folk hidser sig så meget op over det,« siger hun.

Protest

Proteststormen i især den engelsksprogede verden over, at uskyldige børn skulle se den blodige partering af Marius, fik ekstra kraft, da to kaskelothvaler ugen efter Marius' død strandede ved Henne Strand og blev udflugtsmål for danske familier: »Denmark: Probably the Sickest Country in Europe.« Sådan opsummerede den berømte canadiske kaptajn og hvalaktivist Paul Watson stemningen i en opdatering på Facebook, hvor han havde stykket billeder af parteringen af Marius og nogle (færøske) børn, som sidder på strandede hvaler, sammen til det danske flag. Der er også danskere, som mener, at forældrene går for langt, når de tager deres børn med til parteringen af en giraf eller de strandede hvaler. Men familierne i Gladsaxe er faktisk som befolkningen er flest, når det kommer til opdragelse, fortæller Ning de Coninck-Smith, som er professor på DPU ved Aarhus Universitet: »Der er en tradition for anskuelsespædagogik i Danmark. Man har klappefisk i akvarierne, og i Zoo kan man røre ved en slange,« forklarer hun om anskuelsestilgangen, som stammer fra pædagogen Pestalozzis ide om, at børn bedst opnår forståelse af abstrakte begreber og sammenhænge gennem møder med genstande og eksempler fra den konkrete verden. Ning de Coninck-Smith påpeger, at anskuelsestanken i Danmark følges med et syn på børn som mere ligeværdige end i andre lande: »I den forstand ses børn som små voksne, og vi har ikke den samme trang til at beskytte dem og infantilisere barndommen, som vi ser mange andre steder i Vesten,« siger hun. Derfor undrer hun sig ikke over, at mange udlændinge har svært ved at forstå danskerne - og at danskerne har svært ved at forstå kritikken.

Samme syn har Nina Christensen, som er leder af Center for Børnelitteratur på Aarhus Universitet: »Med Marius inviterer Zoo barnet ind i noget, som kunne ligne anskuelsesundervisningen, som udspringer af 1700-tallets idealer om oplysning og refleksion over verden. Det synes vi i Danmark generelt er sundt og godt.

Og hvorfor provokerer det så i en engelsk og amerikansk kontekst?« spørger Nina Christensen og giver selv svaret: »Det er fordi man har den opfattelse, at barnet ikke skal forholde sig til et dyr på den måde. Her er dyr mere nuttede - og man tillægger dem måske endda menneskelige egenskaber. Det er to forskellige barndomsopfattelser.

Den ene udspringer af Romantikken, og den står stærkere i en engelsk og amerikansk kontekst. Den anden udspringer af Oplysningstidens idealer om, at man skal ud i naturen og iagttage for at blive klogere op den. ' Det er godt for dig, min ven, at gå ud og undersøge og betragte verden som en videnskabsmand',« siger Nina Christensen.

En demokratisk tanke

En anden væsentlig forklaring er reformpædagogikken, som blev udviklet i 30'erne, og som står stærkt i Danmark i dag. Reformpædagogikken bygger på en forestilling om, at pædagogikken må tage udgangspunkt i barnets egen udvikling og inddrage det som medbestemmende aktør. Den gjorde op med den klassiske autoritære undervisning og blev et centralt element i den særligt danske demokratitanke, der er præget af en gennemgående skepsis over for den holdning, at autoriteter automatisk har ret.

Ning de Coninck-Smith nævner Hal Kochs tanker om demokratiet: »Demokrati er lig med samtale. Derfor skal vores børn blive kompetente på samtalen.

De skal have ejerskab, og derfor tænker mange voksne, at jo mere medbestemmelse, jo bedre er det.« Og den tilgang har smittet af på danskernes syn på opdragelse: »Hvis man fortæller amerikanere, at børn har hævekort til banken, så dåner de. Vi har grundlæggende tillid til børn og tror på, at de har nogle kompetencer, man ikke tillægger dem mange steder i udlandet. Det er ikke tilfældigt, at bogen Dit kompetente barn er et dansk produkt,« siger Ning de Coninck-Smith: »Børn cykler i skole, fra de er ret små. De **spiser** med kniv. De klipper med en saks. Det vil jeg tro er ret avanceret i forhold til en del andre lande,« siger hun og understreger, at det også kan tage overhånd med selvbestemmelsen: »Det er klart, at når det bliver sådan noget, hvor man beder barnet vælge mellem 10 slags yoghurt, så er det nok for meget,« siger hun.

Skrammellegeplads

I Gladsaxe vil børnene ud i haven. Andy viser karatetrick, mens de små børn indtager havetrampolinen. Mikkel på to år bliver flere gange væltet omkuld af kusinerne: »Jeg tænker altid - kan de dø af det - nå, okay, det kan de ikke. Så er det fint,« siger Thekla Ravn og nikker op imod trampolinen, hvor Mikkel nu bliver direkte banket i gulvet af sin storesøster. Han er lige ved at begynde at græde.

»Op igen, Mikkel,« siger hans mor, og Mikkel rejser sig og begynder tappert - men lidt forsigtigt - at hoppe igen, mens Jenny får at vide, at hun skal tage den lidt med ro.

Ifølge Ning de Coninck-Smith er skrammellegepladsen et godt eksempel på den typiske dansk tilgang til pædagogikken, hvor den bedste læring sker i det konkrete møde med verden, og børn samtidig ses som kompetente til at håndtere dette møde. Den første skrammellegeplads i verden blev tegnet af danskeren C. T. H. Sørensen. Den blev indviet i

1943 og ligger stadig ude i Emdrup: »Her kunne børn rent faktisk komme til skade,« siger Ning de Coninck-Smith. De første mange år af legepladsens levetid var der kun en voksen ansat. Han blev kaldt Jonas: »Han lå bare på græsset og hørte børnene bygge deres egen verden. Så gav han dem nogle søm osv., men blandede sig ellers ikke.

Det er indbegrebet af den måde, vi tænker barndom på her i landet.« Ifølge Ning de Coninck-Smith skyldes det også, at vi i hvert fald ind til for nylig har været befriet for »det forsikringshysteri, som man ofte ser i for eksempel USA«. Altså at man prioriterer sikkerhed meget højt - for ikke at få problemer: »Sikkerhed er selvfølgelig en god ting,« understreger hun »men det kan godt tage overhånd set fra en pædagogiske synsvinkel,« siger hun.

På skrammellegepladsen skal børn selv skabe deres legeuniverser ud af det forhåndenværende, og det princip ses generelt i danske børneinstitutioner, som er mere nøgne end i mange andre lande. Af samme grund peger Ning de Coninck-Smith også på LEGO som et klassisk dansk produkt, hvor barnet selv skaber sit legetøj. Og den populære Tripp Trapp-stol er et godt eksempel på, at ligeværdet er centralt: »Børn skal være på højde med spisebordet.

Vores børns senge og stole vokser med barnet, så de hele tiden er i samme højde som de voksne. Der ligger en symbolik i det - du bliver voksen en dag. Der er en voksenhed i vores barndom i opdragelsesidealerne,« siger Ning de Coninck-Smith.

I andre lande, som vi normalt sammenligner os med, regulerer staten relativt stramt, hvad børn må og ikke må - men den model har man ikke i Danmark: »Vi har ikke den samme statsliggørelse af barndommen. Vi har undervisningspligt og ikke skolepligt i Danmark. Dvs. forældrene kan selv bestemme børnenes skolegang. Det danske samfund er på mange punkter meget liberalt. Vi mener grundlæggende ikke, at staten skal blande sig for meget i, hvordan vi opdrager vores børn,« siger Ning de Coninck-Smith og påpeger, at det først blev gjort strafbart at slå sine børn i Danmark i 1997 - langt senere end i både Norge og Sverige.

Skød hoved og hat af sin kone

Dansk børnelitteratur kan til tider være voldsom og direkte morbid. »Nu er den stakkels krage død«, lyder sidste linje af sagen Højt på en gren en krage. Andy, som nu sidder med en iPad i sofaen, griner. Han kender godt den sang fra karatelejren, hvor de ganske vist laver lidt om på teksten, fortæller han.

»Det lyder som noget værre noget, I så får sunget der,« siger hans mormor, som lige er kommet ind ad døren i det livlige hjem i Gladsaxe. Kvinderne skal til banko senere, og fædrene skal passe børnene.

Tinna Kristensen kender alle sangene.

»Den med harerne er værre,« siger hun og henviser til På en grøn bakketop, hvor kommer en jæger forbi og skyder en af de to glade harer. »Den slutter med, at den anden ' den følte sig så ene',« griner hun.

»Nogle gange, når vi sidder med sangbogen derhjemme, så tænker jeg da ' kommer der aldrig en glad sang' - men det er nu ikke noget, jeg er bange for, at hun skulle tage skade af,« siger Tinna Kristensen. Disse tekster bygger på en meget gammel dansk folketradition, fortæller Nina Christensen fra Center for Børnelitteratur.

»Man har fortalt rim, remser og eventyr ved pejsen i århundreder, og den tradition har en grotesk dimension, som ofte har til formål at vende tingene lidt på hovedet. Halfdan Rasmussen bygger videre på den - hos ham ser man eksempelvis Kanonkongen Knold, som ender med at skyde »hoved og hat af sin kone«, siger Nina Christensen. Mere særegen for den danske børnelitteratur er dog de bøger, som bygger på reformpædagogikkens grundtanker om »et opgør med den autoritative opdragelse,« som hun formulerer det og nævner børnepsykologen Sofie Ribbjergs pædagogiske teorier som centrale: »Barnet var en lille person med sin egen vilje. Og man havde en tillid til, at barnet var robust, og det så man også i børnelitteraturen,« siger hun.

I Egon Mathiesens berømte børnebøger opstilles der eksempelvis ofte præmisser, som straks efter brydes ned igen. Barnet skal således forholde sig til falske udsagn og en ustabil fortællerstemme: »Frederik har en rutebil/ nej, det passer ikke.« Det samme gælder i Aben Osvald, som starter med ordene: »Der var engang en lille gabe/ Å nej. Jeg mener en lille abe.« Generelt er den danske børnelitteratur kendetegnet ved, at man har en forestilling om, at barnet godt selv kan tænke. Og den tradition går langt tilbage: »H. C. Andersens verden er bestemt ikke altid idyllisk. Den lille pige med svovlstikkerne er en barsk skildring, som kræver en del af barnet. Desuden er hans eventyr fulde af ironi. I Danmark regner man med, at børn godt kan kapere det triste. Og at de godt kan gennemskue, hvornår der er et glimt i øjet,« siger Nina Christensen, som understreger, at man også ser de samme træk i svensk børnelitteratur, eksempelvis hos Astrid Lindgreen: »Det er en internationalt anerkendt antagelse, at nordisk - og ikke mindst dansk - børnelitteratur beskriver ting, som man generelt skåner børnene for andre steder i verden,« siger hun.

Blowjob og rom

I Gladsaxe ringer Thekla Ravns telefon. Hun har Bo Evers-sangen Fred som ringetone, så ordene »Jeg har brug for en svingom / et blowjob og en masse rom« lyder ud i stuen.

»Sangen var med i X Factor - og så synes jeg bare, at den er så fin,« forklarer hun.

Andy spiller World War Z og fortæller, at det er noget med nogle zombier, man skal dræbe med et koben.

Thekla virker en smule bekymret og vil gerne vide, om det er hans skole-iPad, han har downloadet det på. Andy nikker: »Jeg sidder selv i skolebestyrelsen. Så jeg har selv været med til at beslutte, at der ikke skulle være filter på elevernes iPads,« siger Thekla Ravn.

— Hvorfor skal der ikke det? »Jeg bryder mig ikke om sådan nogle begrænsninger.

Jeg synes, det må være op til forældrene og børnene at finde ud af det i fællesskab. Jeg tjekker også alt, hvad der ligger på den - og vi snakker tit om det,« siger hun og gør det klart, at det ikke er sikkert, at World War Z får lov til at blive liggende. Generelt synes Thekla Ravn, at børn selv skal lære at tage ansvar: »Vi håber da ikke, at vores børn bliver den nye 'Generation-Amalie',« siger hun med henvisning til reality-stjernen Amalie Szigethy.

»Det har faktisk skræmt os en del, at der tilsyneladende er unge mennesker, som ikke ved noget om livet,« siger Tinna Kristensen og nævner den aktuelle debat om curlingbørn.

Derfor prøver de to søstre at lære børnene at »stå på egne ben« : »De må gerne vide, at man ikke altid vinder i ludo. Så herhjemme har vi aldrig ladet børnene vinde,« siger Thekla Ravn.

»Det er da bare noget, I har indført, fordi du ikke kan tåle at tabe, Thekla!« siger Tinna Kristensen »Haha. Det er sikkert rigtigt.«.

Porno

Den særlige danske tilgang til børn bliver ofte tydelig på internationale konferencer om børnelitteratur, fortæller Nina Christensen. Hun har prøvet at have Kim Fupz Aakesons og Rasmus Bregnhøjs børnebog I love you Denmark, med. Den handler om en dreng, som søger asyl i Danmark, og mens han stadig er i udlandet, forestiller han sig, hvordan der er i Danmark, og han ser en nøgen kvinde, der løber på ski, for sig.

»Når jeg viser det billede, går den faglige diskussion i stå. Man er rystede over, at man kan vise noget, som kan give associationer porno, i en børnebog. Så må jeg prøve at forklare, at vi regner med, at børnene godt kan gennemskue, at det ikke er et realistisk billede, men drengens forestillinger. Men det er ikke spor nemt,« siger Nina Christensen, som mener, at der opstår et sammenstød, når det kommer til at diskutere, hvad børn kan tåle.

»Hvordan danner man bedst barnet til at begå sig i samfundet? Er det ved også at vise de uforståelige sider og det mærkelige og skræmmende? Eller er det ved at sige, at man beskytter barnet fra det så længe som muligt? Begge holdninger findes i Danmark, men generelt har vi tradition for det første.« — Hvordan ved vi egentlig, at det er den bedste måde at gøre det på? »Det ved vi jo heller ikke. Det typiske modsvar er, 'skal man så også

introducere børn for selvmord og depression?' Min personlige holdning er, det kan man principielt set godt.

Men om det er passende eller ej, afhænger fuldstændig af måden, man gør det på, og den sammenhæng, man gør det i. Ikke af emnet,« siger Nina Christensen.

Præcis den debat bliver aktuel i huset i Gladsaxe, da Thekla Ravn fortæller, at hun og hendes mand oprindeligt havde svært ved at få børn og prøvede i adskillige år før det lykkedes.

»Nu har vi så pludselig tre,« griner hun, hvorefter Andy kommer over med et spørgsmål: Er det ikke rigtigt, at hun havde et barn inde i maven som døde? »Jo, det er rigtig nok,« svarer Thekla.

— Har I fortalt ham det? »Ja, det må vi jo ha gjort,« siger Thekla Ravn.

ville@information.dk

»Vores børns senge og stole vokser med barnet, så de hele tiden er i samme højde som de voksne. Der ligger en symbolik i det - du bliver voksen en dag.

Der er en voksenhed i vores barndom i opdragelsesidealerne« — NING DE CONINCK-SMITH, PROFESSOR, DPU »Det er to forskellige barndomsopfattelser. Den ene udspringer af Romantikken, og den står stærkere i en engelsk og amerikansk kontekst. Den anden udspringer af Oplysningstidens idealer om, at man skal ud i naturen og iagttage for at blive klogere på den« »H. C. Andersens verden er bestemt ikke altid idyllisk.

' Den lille pige med svovlstikkerne' er en barsk skildring, som kræver en del af barnet. Desuden er hans eventyr fulde af ironi. I Danmark regner man med, at børn godt kan kapere det triste« — NINA CHRISTENSEN, CENTER FOR BØRNELITTERATUR.

- Hårdt. Det går hårdt for sig i havetrampolinen. ' Jeg tænker altid, at de kan dø af det, men okay, det kan de jo ikke,' siger Thekla Ravn (i forgrunden). De øvrige er fra venstre: Andy, Tinna Kristensen, Nicoline, Jenny og Mikkel. Foto: Tor Birk Trads
- Barbari. Danmark har på det seneste fået et ry for barbari i udlandet. Først var der aflivningen af en giraf i Zoo, og efterfølgende blev de strandede kaskelothvaler ved Bovbjerg Fyr i Vestjylland et yndet udflugtmål for hele familien. Men begge begivenheder handler om et se børn som selvstændige kompetente individer. Foto: Morten Stricker/ Scanpix

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Indmad når det er bedst

6. december 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 724 ord, Id: e4b571c4

Værs'go' og spis.

Henter billede...

Der er andet end bøffer, stege og hakket **kød** fra et slagtedy. Indmad er en række meget forskellige spiselige dele af dyret, som ikke er det **kød**, der udgør den største del af dyrets vægt f. eks. muskler. Indmad er lever, hjerte, blod, tunge mm og det har ret kort holdbarhed. I gamle dage blev der slagtet gris op til jul eller inden den lange kolde vinter. Derfor er retter som blodpølse, finker og leverpostej traditionel julemad.

En del har direkte aversion mod indmad, og det er måske ikke så underligt, hvis man én gang har fået et bittert smagende og alt for tørt stegt stykke lever eller hjerter, der svømmer rundt i sød flødesovs.

Det er ærgerligt, for indmad kan være mægtig godt, f. eks. lammelever stegt med hvidløg og citron, kalvebrisler i egen sovs, lynstegte andehjerter i salat, sprængt tunge - er alle stykker, der har forskellig struktur og smag at byde på.

Mange danskere **spiser** kun lidt indmad udover nationalpålægget leverpostej. Det er ofte en industrifremstillet lidt trist kold en af slagsen. Men prøv at lave en friskbagt, krydret juleleverpostej, for det er noget særligt.

En del af de andre historiske retter hører ikke rigtig vores tid til, hvis man ikke er opvokset med dem. F. eks. de danske finker og blodpølse, som er fede, søde og serveringer, der ikke rigtig hører til et moderne køkken. Men indmadskøkkenet er under forandring. En del restauranter serverer flere retter med den smagfulde og billige indmad på nye måder.

Philippe kalveleverbøffer med krydderurter, savojkål og rød smørsovs - 4 personer

750 g eller 4-8 tykke skiver kalve-eller okselever, ca. 200 g svinenet (fås hos velassorterede slagtere ofte som frostvare) 2 håndfulde bredbladet persille, 1 spsk.

friske estragonblade, 1 spsk. friske rosmarinnåle eller timian 4 små skalotteløg 1 savojkål 1 spsk. olivenolie 50 g syltede tyttebær 1 spsk. smør + 1 spsk. olivenolie 1 dl balsamicoeddike 75 g koldt smør salt og friskkværnet peber Tilbehør: Kogte kartofler eller brød? Skyl og hak krydderurterne. Pil og hak skalotteløgene meget fint.

? Bred (evt. optøet) svinenettet ud på bordet i et tyndt lag. Del det i 4 eller 8 stykker til hvert stykke lever.

? Bland grofthakkede krydderurter med finthakkede skalotteløg. Læg en skefuld på hvert stykke svinenet og krydr med salt og peber. Læg et stykke lever ovenpå og fordel resten af krydderurteblandingen oven på leveren og krydr med salt og peber på toppen.

Vikl svinenettet tæt om hvert stykke lever.

? Snit kålen i strimler på størrelse med tændstikker. Varm en pande, wok eller tykbundet stegegryde så meget op, at du ikke har lyst til at holde hånden over den mere end 5-10 sekunder. Tilsæt olie og kålen, og steg i 3-4 minutter under omrøring. Tilsæt tyttebær og krydr med salt og peber.

? Varm en pande med smør og olie og brun leverbøfferne ved middel varme.

Skru ned og steg i ca. 4 minutter på hver side, til **kødet** er rosa.

? Tag bøfferne af panden og hæld balsamico på panden. Varm op, tag panden fra varmen og pisk kolde klatter smør i til en tyk smørsovs.

? Server leverbøfferne med balsamicosmørsovsen, savojkål med tyttebær og kartofler eller brød.

Leverpostej - ca. 10 personer

25 g smør 3 spsk. hvedemel 2,5 dl mælk 500 g hakket kalve-eller svinelever og spæk (klassisk halvt af hvert, men ellers er 350 g lever og 150 g spæk også fint) 2 æg 2 tsk. groft salt friskkværnet peber 1 tsk. stødt allehånde 1 lille løg 50 g ansjosfileter eller marinerede sild (ca. 1 sildefilet) 4-6 laurbærblade 8-10 tynde skiver røget bacon? Bechamelsovs: Smelt smør i en gryde ved middel varme. Rør melet i, og pisk gradvist mælk i lidt ad gangen. Pisk til blandingen er jævn. Kog ved svag varme i ca. 5 min. og rør jævnligt.

? Rør hakket lever og spæk, æg og krydderier i til en fars.

? Pil skallen af løget og riv det fint. Hak fisken fint og rør den i farsen sammen med løg.

? Hæld farsen i et smurt ovnfast fad/ posteiform. Læg evt. laurbærblade og/ eller baconskiver på toppen. Bag leverpostejten ved 175 grader i ca. 1 time.

? Stik en kødnål i midten. Leverpostejten er færdig og gennembagt, når kødnålen føles varm på overlæben.

Centrumtemperaturen målt med et stegetermometer skal være 80 grader.

? Bagt leverpostej kan fryses ligesom rå leverpostej (farsen), hvis leveren ikke har været frosset før.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Beværtet The Standard - Almanak

11. januar 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 19, Peter Nielsen..., 1269 ord, Id: e4334e18

Opdateret dansk køkken. Mellem det fremragende og det ligegyldige, mellem dyb forankring og ny nordisk omstændelighed. Claus Meyer er rykket ind i det gamle Toldkammer.

Henter billede...

Der kan være noget forstemmende ved det gode liv, når det bliver for udtalt og ydre. Når det bliver kulisse og efterstræbt autenticitet. Som nu forleden fredag aften. Jeg havde sat den smukke forfatterinde stævne på Østerbro, for at vi kunne ankomme på cykler ad vandvejen langs Langelinie til det gamle Toldkammer i Havnegade. På halvvejen måtte vi give op over for regnen og kaste os i en taxi, så vi i det mindste kun var halv våde, når vi nåede frem til alt det nye Claus Meyer nede i Havnegade, der hedder The Standard.

Imødekommende fik vi anvist vores pladser i Almanak-restauranten i stueetagen, der slår sig op på at servere moderne dansk mad fra morgen til aften. Velkomstdrikken fra det righoldige drinkskort blev ' Meyers Petillant', solbær og Meyers egen æblevin.

»Den springer på tungen og i ganen,« udbrød forfatterinden, der hurtigt havde fået styr på syndflodens hærgen og strålede. En lækker og frisk variant af den klassiske kir royal. Bare ren nordisk.

The Standard åbnede i oktober og ligger for enden af Nyhavn, helt ud til vandet i Havnegade i den smukke funkisbygning, der er tegnet af Kristoffer Nyrop Varming. Med egen jazzklub, hvor Niels Lan Doky regerer, to barer og restauranterne Almanak med opdateret dansk køkken; Studio, hvor de laver avantgardemad - og Verandah med moderne pan-indisk mad.

Som navnet Almanak antyder handler det om at være tæt på naturen og spise efter årstiden og spise det, som kommer fra vores have, skove og baghaver. Og lige dér, hvor en asparges eller et rosenblad er lige ved at sprænges af sin egen optimale fylde, da skal der høstes og **spises**.

Det bedste og det værste

Vi spiste begge a la carte fra det enkle menukort og bestilte til at begynde med de to forskellige snacks. En platte med ' dansk charcuteri fra øer og fastland og syltede efterårsvækster' og ' boghvedeflager, flæskesvær med eddikepulver & rygeostcreme med persille', hvor boghvedeflagerne dog var blevet erstattet af kyllingesvær. Til det drak vi en sydøstrigsk Grüner Veltliner ' Holzgasse' fra Buchegger 2011. En mineralsk vin med god frugt og citrus, der fungerede i sin egen ret og som perfekt bolværk mod de store smags- og kvalitetsmæssige udsving på platterne.

Det bedste kom i form af delikat vindblæst gris i tynde salamiagtige skiver med røget enebær og især en skinke fra Fanø, der til forskel fra de ofte ret salte og tørre italienske eller spanske varianter rummede essensen af nordisk intensitet og disciplin. Her var intet forsøg på pågående billig charme, men derimod blid saftighed og en lang opretholdelse af smag og fylde i de diskrete bas-toner. Dertil fulgte fynsk rygeost rørt med majonæse og aske på toppen, hvilket gav en syrlig, røget og lidt for fed smag, og en anden rygeost rørt med fløde, der var lidt tættere på at ramme plet. Ekstremt lækker var den ledsagende syltede græskar i papirstynde strimler, der lå bølget om sig selv i al sin orange velbehagelighed. Græskarrets bløde vamble sødme var her holdt på plads af syrlighed og **kødets** spændstighed.

Og det værste kom i form af det ristede kyllingskind. Det var både en ekstremt kraftig, saltet, fed og altpenetrerende oplevelse.

Som om fedt og smag fra alle rigets kyllinger var samlet og kondenseret i disse flager. Det var vammelt.

»Hvad svarer det til i litteraturen?« spurgte jeg forfatterinden. »Isabel Allendes Åndernes hus,« kom det uden tøven. Vi var også forbi et par danske kandidater, men fordi det danske litterære miljø ikke er så stort, censurerer jeg hermed resten af samtalen.

Det villede

The Standard gør meget ud af, at virke indbydende og uhøjtidelig. Elegante mennesker, der hænger i baren, happy stemning og jazz i baggrunden. De stilfulde og enkle rum er gennemtænkte, men også med den bevidst sjuskede kontrast, der skal ophæve for stor alvor. Som eksempelvis de kiksede Carl Larsson almuereferencer med træpaneler og vindueskarme tæt besat med blomsterkrukker og trækasser med blomstergrene midt i det ellers rene og funktionelle.

Der er meget godt at sige om Almanak, men det mangler autenticitet til trods for, at det lige præcis er det, de vil opnå. Det er villet hyggeligt. Det er som at være i en lidt for perfekt kulisse, hvor de andre gæster også er del af iscenesættelsen.

Et klart koncept kan komme til at stikke for meget frem. Tag nu eksempelvis brødet, Meyers eget ølandshvedebrød, der serveres i de brune papirposer, man plejer at få hos bageren, og som lidt casual flåes op af tjeneren ved bordene. Brødet er helt sikkert ankommet i store kasser til restauranten, siden lagt på grillen og derefter så gudhjælpemig lagt i den pose, der skal signalere en slags autenticitet, men som kun udtrykker alt muligt andet: krukken, poppet og ny nordisk omstændelighed.

Men brødet var da i øvrigt rigtig godt.

Delikat havtaske

Forretten slog os så til gengæld omkuld. Hørøget havtaske i mindre stykker anrettet med croutoner af selleri, kapers og uden om det, ja nænsomt indpakket, perfekt syltede tynde skiver selleri. Over denne smukke hvide og grålige anretning blev der hældt tynd grøn sauce lavet på havesyre. Midt i den sauce dukkede der en forunderlig smag af sarte pærer frem. Selv om det her var essensen af det danske køkken, så smagte det fremmed og ukendt, ja som om kokken havde fundet en ny dansk ø, som ingen hidtil havde opdaget, og hvor beboerne taler et sprog, som ingen har hørt tale før. Det var ekstremt delikat og udfordrende.

Derfra kunne det kun gå ned ad bakke, og det gjorde det så også. Til hovedret havde kvinden valgt onglet (nyretapper) med kalvebrisler, sorte svampe og grønkål. En rå ret.

»Dyrisk« var hendes ord, og nok lige en tand for dyrisk, i hvert fald savnede hun modspil i retten. Men **kødet** er specielt og et lidt ubestemmeligt sted mellem saftigt, sprødt og sejt på den lækre måde. Til den drak hun en spansk vin fra Sardon del Duero af den danske producent Peter Sisseck, der også står bag Pingus.

Her var det hans andenvin Quinta Sardonía, QS2, der med sin saft og kraft gjorde stort indtryk på kvinden og da også et vist på mig.

Min bagte Skageraktorsk var der ikke noget godt at sige om. Den var kedelig på alle måder, uden smag, med halvtørre Rømmø-rejer og en skummende anonym bisque og et par grillede porrer, der ikke rigtig vidste, hvad de skulle gøre af sig selv. Dertil drak jeg en hvid bourgogne, der var god, men ikke så god, at jeg gjorde mig umage for at huske dens præcise navn.

Kvinden sad på spring. Hun skulle også nå en fest, men ville nå at smage ostetallerkenen, der lokkede med bær og nødder til udvalg af danske oste. Men endnu en nedtur, for i stedet for bær og nødder kom der en slap kvædepuré til et helt igennem uoriginalt udvalg af oste bestående af en tør havarti, der troede, den var noget; en ligegyldig gedebrie og en kedelig blåskimmelost serveret med ristet bygbrød.

Finalen blev dog reddet af min dessert, som var havtornsbet med yoghurt, karamelliseret hvid chokolade og små stykker gulerod.

En helstøbt fornøjelse af mange elementer - til en samlet pris på 2.000 kr.

Sådan var det op og ned denne fredag aften ved havnen i København. Paradoksalt nok er Almanaks kulinariske niveau både højere og lavere, end man kunne forvente af en restaurant, der ligger i mellemprijslejet. De er altså ikke helt hjemme endnu, men ingen tvivl om, at de har alle forudsætninger for at komme det.

pen@information.dk

Fakta: The Standard - Almanak

Havnegade 44, København Morgen: 8-10.30 (ti.-fr.) Frokost: 11.30-14.30 (ti.-sø.) Aften: 17.30-23 (ti.-sø.) www.thestandardcph.dk.

- Almanak. Som navnet Almanak antyder handler det om at være tæt på naturen og spise efter årstiden og spise det, som kommer fra vores have, skove og baghaver. Og lige dér, hvor en asparges eller et rosenblad er lige ved at sprænges af sin egen optimale fylde, da skal der høstes og **spises**. Foto: Tor Birk Trads

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Nytårskur: Gryder med kalve-og oksebrystkød

4. januar 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 587 ord, Id: e430bf49

Værs'go' og spis.

Henter billede...

Efter en højtid, hvor de fleste har væltet sig i masser af god mad og nydt de lækre fede julespiser, søde snaskede godter og fin nytårsmad, skal der noget andet på tallerkenen.

Nogle elsker kontrasterne mellem overflod og mådehold og går på kur.

Jeg foretrækker at blive ved med at spise godt i denne mørke tid, hvor det stadigvæk er godt at dele en bid mad med familie og venner - blot på en lidt mere hverdagsagtig måde end i december. Med okse-og kalvebryst i gryden kan man let få kraftige, varme vinterretter, og der er mange muligheder for forskellige smage. Her er et par ideer.

Braiseret kalvebryst med urter og julesalat - 4 personer (Lav evt. en større portion, så der er **kød** til pålæg eller mad til flere dage.) 750 g kalvespidsbryst 1 spsk. smør 1 spsk. olivenolie Salt og friskkværnet peber 2 laurbærblade 3-4 kviste frisk timian 1 økologisk citron 1 glas tør hvidvin og 3 dl vand 4-5 gulerødder 4-5 pastinakker 4 julesalat

Brun spidsbrystet i smør og olie på en pande. Krydr med salt og peber.

Læg det brunede **kød** i et ovnfast fad med laurbærblade, timian og 4-5 stykker skræl af citronen høvlet med en kartoffelskræller. Hæld hvidvin og vand i fadet og dæk det til. Sæt fadet i ovnen ved 150 grader i ca. 2 timer.

Vend **kødet** efter 1 time. Læg samtidig stykker af gulerod, pastinak og halve julesalathoveder ved **kødet** og lad dem stege med den sidste time, indtil **kødet** er mørt.

Mærk med en kødnål eller steg til centrumtemperaturen er 80 grader målt med stegetermometer.

Skær **kødet** i skiver på tværs af kødtrådene. Anret med grønsagerne og stegeskyen.

Et stykke med kalvebryst og flødepeberrod - 4-5 personer 300-400 g koldt braiseret kalvespidsbryst - se opskriften ovenfor 4-5 skiver groft rugbrød 1-2 blade frisk grønkål lidt fintrevet citronskal 1,5 dl piskefløde 4 cm frisk peberrod Lidt rørsukker og havsalt? Tilbered kalvespidsbryst som beskrevet ovenfor. Læg et stykke **kød** i en beholder. Si suppe hen over **kødet**. Læg det i let pres og stil i køleskabet. Skær det kolde kalvebryst i 3-4 mm tykke skiver.

Læg **kødet** på brødsiverne. Hak grønkålen meget fint og vend sammen med citronskal. Læg det på **kødet**.

Lav flødepeberrod af piskefløde og fint revet peberrod, smag til med lidt sukker og salt. Kom en god klat på toppen af hvert stykke mad.

Sauerbraten - ca. 6 personer 1,5 kg oksespidsbryst (bryst uden ben) 3 spsk. smør
Krydderiblanding: 2 tsk. sorte peberkorn 2 tsk. enebær 2 tsk. sennepskorn 1 spsk. salt 4 løg 3-4 kviste frisk timian 2-3 laurbærblade 3 dl tør rødvin 1 dl vineddike 2 dl vand
Tilbehør: Kartoffler eller kartoffelmos, hakket bredbladet persille og evt. en råkost eller kålsalat

Sæt en römertopf/ stegeso af uglaseret ler i koldt vand mindst 30 minutter. Et almindeligt ovnfast fad kan også bruges.

Brun **kødet** i smør på en pande.

Krydderiblanding: Stød peber, enebær og sennepskorn i en morter eller krydderikværn. Bland de stødte krydderier med salt. Drys den på alle sider af **kødet**.

Pil løgene og skær dem i både.

Læg løgene sammen med timian og laurbærblade i bunden af fadet. Læg oksebrystet oven på løgene og hæld vin, eddike og vand i bunden af fadet og dæk det til.

Sæt fadet i ovnen og tænd på 200 grader. Dampsteg **kødet** ca. 3 timer, til det er helt mørt. Vend det undervejs i stegningen.

Skær skiver af sauerbraten og nyd dem med løg, stegesky, kartofler eller kartoffelmos. Drys med persille. Servér evt. en råkostsalat til.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Suppehøns og køkkentid

12. april 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 826 ord, Id: e45b2731

Værs'go' og spis.

Henter billede...

Sikke en overraskelse at finde suppehøns i en af de gårdbutikker, jeg jævnligt køber ind i. Selv om de var iskolde og kedeligt hudfarvede, som de lå der i fryseren, begyndte jeg at drømme om duften af klar suppe med boller, cremet hønsesalat, tarteletter og hønsefrikassé med silkeblød sovs og svampe, grøntsager og friske nye krydderurter.

Høns, der har lagt mange æg og koger 3-4 timer, giver duft i køkkenet og en kraftigere smag til suppen. Til kogningen er de runkne vintergrøntsager gode som suppeurter. Det tager tid, men der er også noget meditativt over at have suppegryden i gang. Har man ikke så meget tid, er det også en mulighed at koge høns i en trykkoger.

Kogning af suppehøns

Til ca. 4-5 liter hønsebouillon/-suppe og hønsekød til ca. 10 portioner Tre økologiske suppehøns, ca. 3-3,5 kg ca. 7 liter koldt vand 2 spsk. groft salt 1 kg suppeurter f. eks. gulerod, pastinak, knoldselleri, fennikel, løg eller porre 1 hvidløg 3-4 laurbærblade 2 tsk. hel peber 4-5 kviste timian evt. persillestilk eller andre grønne velmagende urter Læg hønsene (evt. optøede) i en gryde og dæk med koldt vand. Kog ved svag varme og skum fedtet af med en stor ske eller øse. Tilsæt salt og skum igen.

Tilsæt stykker af rensede urter, krydderier og krydderurter.

Kog ved svag varme 3-4 timer, til **kødet** er mørt og næsten falder fra benene.

Tag hønsene op og si suppen. Kog ind til kraftig smag ved god varme.

Pil skindet af hønsene. Pil **kødet** fra benene, og læg det i en skål. Man skal ikke skære hønsekød i stykker, da det så let vil koge ud og blive trevlet i f. eks. en suppe. I stedet river man **kødet** i mindre stykker. Hæld lidt suppe ved **kødet**, så det ikke bliver for tørt. **Kødet** kan bruges direkte i en suppe eller salat, men kan også afkøles. Holdbarheden er 2-3 dage i køleskab. Suppen kan bruges til klare supper, purésupper, sovser, stuvninger, risotto, gryderetter m. m. Opbevares i køleskab 2-3 dage. Frys evt. mindre portioner suppe ned, så snart den er afkølet. Det går hurtigst at afkøle den i mindre portioner evt. i koldt vandbad.

Sprød filodejssække med hønsekød, svampe og urter - fire portioner

4 stykker fillodej, 1 pakke ca. 120 g 1/2 dl velsmagende olivenolie 2 æg delt i blommer og hvider Kogt **kød** fra 1 høne, se opskriften ovenfor 250 g svampe f. eks. kejserhatte 1 frisk hvidløg eller 3-4 fed hvidløg 25 g smør 2 spsk. hvedemel 1 dl hønsekødssuppe 2-3 spsk. cremefraiche 2 dl hakket persille og dild salt og friskkværnet peber Tilbehør: blandet grøn salat og evt. brød? Læg bagepapir i en springform (22-24 cm i diameter) eller en firkantet form ca.

20x20 cm. Læg et lag fillodej let i formen, så det ikke går i stykker og pensl med lidt olie, læg et stykke fillodej ovenpå lidt på skrå over det første og pensl igen med olie. Læg et tredje stykke øverst og pensl med æggehvite over hele overfladen.

Tænd ovnen på 175 grader.

Fyld: Del hønsekødet i små stykker.

Rens svampene og skær dem i små stykker. Snit hvidløgene fint.

Steg svampe i en gryde ved god varme.

Tilsæt hvidløg og hønse **kød**, og steg et par minutter. Tilsæt suppe, og kog op.

Rør cremefraichen med æggeblomme, og kom den i gryden under omrøring.

Sluk og bland fyldet med krydderurter og smag til med salt og peber.

Kom fyldet i formen med fillodej. Læg det sidste lag dej foldet sammen øverst.

Pensl med æggehvite. Bøj dejens kanter ind på midten af pakken. Pensl med æggehvite. Bag formen i midten af ovnen i 20-25 min. til fillodejen er gylden og fyldet helt varmt. Nyd med salat og brød.

Klar suppe med urter og pocherede æg - fire portioner

1 l velsmagende hønsebouillon/-suppe 2 dl blandede urter: purløg, ramsløg, skvalderkål og skovsyre 1 lille spidskål eller evt. 8 nye grønne asparges Pocherede æg: 2 l vand og 2 dl eddike 4 store superfriske æg salt og friskkværnet peber Drys: 1 plade noritang Tilbehør: ristet rug-eller hvedebrød? Kog suppen 5-10 min. og smag om den er kraftigt nok, ellers skal den koges ind.

Rens urterne og hak dem fint.

Snit spidskålen, og kassér stokken eller skær aspargeserne ud i stykker, der kan ligge på en spiseske. Kog kål eller asparges 3-4 min. i suppen lige før servering. Drys med krydderurterne og smag til med salt og peber.

Pocherede æg: Fyld vand og eddike i en gryde mindst 8 cm op ad kanten og bring den i kog.

Slå æggene ud et ad gangen i en kop og krydr med lidt salt. Lad forsigtigt æggene glide ned i det kogende eddikevand.

Skru ned så det kun simrer svagt og lad æggene få ca. 5 min. så de er bløde. Tag dem op med en hulske, og kom dem i varme suppeskåle med suppen. Drys med fint hakket noritang og servér ristet brød til.

modernetider@infomraiotn.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Når det er godt

Information

Værs'go' og spis.

»Quality means doing it right when no one is looking,« sagde Henry Ford.

[Henter billede...](#)

At gøre det godt i hele processen og ikke springe over, hvor gærdet er lavest er en del af godt håndværk - også madhåndværket.

Alle har oplevet, at man skal bruge tid på at lære noget og sandet, at ' øvelse gør mester'.

Det siges at man skal bruge 10.000 timer på at lære en håndværksmæssig disciplin. Jeg ved ikke, om det altid gælder, men man kan ikke alene læse eller observere sig til at lære et håndværk - det kræver at man gør det selv og gentager mange gange.

På sommerens ferie i Frankrig har jeg fået serveret en stribe af klassiske retter, som fås i varianter med forskelligt håndværk. En Boeuf Bourgionne kan laves vidunderligt af oksekæber braiseret i fem timer med velmagende rødvin, grøntsager og krydderurter eller som hårde klumper **kød** i en sovs lavet i en ruf med bouillonering der giver en anden smagsprofil til retten. Traditionerne med at gå på marked og handle årstidens gode grøntsager, som det bugner af på denne tid af året holdes i hævd. Men som alle andre steder i verden er det gode madhåndværk også noget, man skal se sig om efter i Frankrig, selv om de enkle rustikke franske bistroretter lever endnu.

Ratatouille er en velkendt grøntsagsgryderet, der kan være tilbehør til stegeretter som bøf, lammekotelet, fisk og pocheret æg.

Ratatouille er oprindeligt fra det historiske Occitan i Sydeuropa, der i dag bl. a. omfatter Provence. Fra at være en lokal ret er den blevet udbredt og populær over hele verden.

Det franske ord touiller betyder at røre rundt, og det bliver alle grøntsagerne i denne ret.

Der er flere meninger om, hvordan en traditionel ratatouille skal laves. Forholdet mellem grøntsagerne kan variere. En simpel metode er at lave en stuvning af alle grøntsagerne tilberedt i egen saft så længe, at de bliver både bløde og velmagende men ikke fuldstændig kogt i stykker.

Her er en opskrift på evergreenen ratatouille og en mere tidskrævende abrikostærte.

Ratatouille (4-5 personer)

2 løg 1/2 dl olivenolie 2-3 fed hvidløg 1 aubergine 2 små faste squash 2-3 peberfrugter i flere farver 500 g tomat 1-2 spsk. blade friske krydderurter, f. eks.

en blanding af timian, merian og oregano 1-2 stk. laurbærblad 1-2 tsk. groft salt 1-1 1/2 spsk. vineddike lidt fint revet citronskal eller appelsinskal friskkværnet peber evt. lidt

sukker eller honning evt. 3-4 spsk. ekstra jomfruolivenolie Skær grøntsagerne i ensartede terninger. Steg hakkede løg klare i olivenolie ved middelgod varme i en tykbundet gryde, evt. af kobber.

Tilsæt knust hvidløg, tern af aubergine, squash og peberfrugter og steg ca. fem minutter under omrøring ved middel varme.

Tilsæt tomat skåret i tern, krydderurter og salt. Steg nogle minutter og lad retten småsimre under låg ved svag varme i ca. 20 min.

i egen saft. Hvis fordampningen er for stor tilsættes lidt vand, og er retten meget våd skal saften koges ind.

Smag til med eddike, citron eller appelsinskal, salt, peber, evt. sukker eller honning og en velmagende olivenolie. Retten kan nydes både varm og kold. Holdbarheden i køleskab er 3-4 dage.

Abrikostærte med mandler og rosmarin (Til 8-10 personer)

Tærtebund: 125 g smør 175 g hvedemel 1 spsk. sukker 1 lille æg Evt. 2-3 tsk koldt vand
Indlæg: ca. 3 dl tørrede bønner eller linser Fyld: 75 g mandler 150 g sukker evt. 1 vaniljestang 200 g blødt smør 4 æg 40 g kartoffelmel eller majsstivelse (maizenamel) 1-2 tsk. friske rosmarinnåle uden stilke 8-10 friske abrikoser - blommer og pærer er også velegnede Bund: Skær koldt smør i mindre stykker og smuldr det med mel. Saml dejen med sammenpisket æg og evt. vand. Tryk dejen sammen uden at ælte den, og stil den i køleskabet i ca. 45 min.

Rul dejen tyndt ud på et meldrysset bord og beklæd en tærteform (24 cm i diameter) med dejen. Brug en tærteform af stål med løs bund - så er det lettere at bage bunden sprød.

Tryk siderne af dejen godt til kanterne. Det er vigtigt at 'lappe' sprækker eller huller med lidt dej, så der ikke er huller i tærtebunden.

Prik bunden med en gaffel. Sæt tærteformen i køleskabet i ½ -1 time.

Indlæg: Beklæd formen med bagepapir.

Hæld ca. 3 dl tørrede bønner i, så tærtebunden ikke hæver, når den forbages. Bag bunden ved 225 grader i 15-20 min. Fjern indlægget.

Fyld: Rør mandelfyldet sammen: hak mandlerne fint evt. i en foodprocessor. Tilsæt sukker, kornene af vaniljestangen, blødt smør og æg sammen med kartoffelmel eller majsstivelse og fint hakket rosmarin. Kom fyldet i den forbagte tærteform. Læg halve udstenede abrikoser oven på. Bag tærten ca.

30 min i en 175 grader varm ovn, til fyldet er stivnet.

Læs mere på information.dk/. dk.

modernetider@information.dk

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Lokal mad er også politisk mad

22. november 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 834 ord, Id: e4af879d

Værs'go' og spis.

Henter billede...

»Fødevarerindustrien leverer 30 pct. af den mad, vi skal have, så 70 pct. kommer fra små og mindre landbrug, fiskere m. m. Den store industri vil ikke kunne brødføde verden, som den vokser nu.« Sådan fortæller italieneren Antonella Cordone fra The International Fund for Agricultural Development, IFAD, der er en international organisation tilknyttet FN, som arbejder for at reducere fattigdom i udkantsområder. Jeg mødte hende sidste måned, da Slow Food afholdt den store internationale madevent Terra Madre og Salone del Gusto i Torino i Norditalien.

Et af årets temaer var family farming, der defineres af FAO som enhver familiebaseret produktion uden for byerne. Produktionen kan være dyrkning af jorden, fiskeri, skovbrug m. m. og bygger primært på hele familiens arbejdskraft. Globalt er det den dominerende form for landbrug i fødevarerfremstilling og spiller en stor socio-økonomisk, miljømæssig og kulturel rolle.

Antonella Cordone fortæller videre: »Vi tror på, at hvis man kan lave sin mad lokalt, forebygger det fattigdom. Maden skal have en kvalitet, der gør mennesker sunde - det kan

man ikke sige om meget af den industrifremstillede mad, der giver overvægt, diabetes og andre velfærdssygdomme, og som koster samfundet meget i sundhedsvæsenet.«.

De fattige bliver fattigere

Jeg spørger hende, hvordan det kan gøre fattige bønder rigere, at jeg køber lokal mad. Er det ikke bedre, at jeg køber de fattige befolkningsprodukter? »Multinationale selskaber i udviklingslandene sælger alt, hvad de kan tjene mere på uden for det land, hvor de producerer.

De tager faktisk mad ud af fattige lande og sælger det i de rige. F. eks. er quinoa blevet så moderne i den rige del af verden, at mange f. eks. i Brasilien, hvor den dyrkes, ikke selv har råd til at købe den længere.

Bønder og lokalbefolkning bliver fattigere, og det skaber i værste fald mangel på mad.

De økonomisk styrende får kontrol over produktionsformer, hvad der skal dyrkes, hvordan og hvornår.« »For de lokale er en god løsning at samarbejde i små grupper af producenter, der går sammen i fællesskaber, der kan producere højere kvalitet. Fattige bønder kan ikke klare sig så godt alene. De bliver for svage, når det kommer til afregning for det, de skal sælge. Når man køber fra små lokale producenter - også når man bor i en storby som Rom, Torino eller København - giver det mange landmænd og producenter mulighed for at være mere fri og dyrke dét, de tror, virker i deres lokalområde.« Antonella Cordone er specialist i oprindelige folks forhold og siger: »De oprindelige folk er efter min mening de mest moderne i samfundet, fordi de har et helhedssyn på livet. Mad er for dem ikke en handelsvare.«.

4.000 slags kartofler

»Mennesket er det sidste i et system, hvor landet og jorden er mor, moder jord. Børnene er fugle, fisk - og mennesket ligestillet med dem. Tanken er at give tilbage til naturen så de næste generationer også får mad. De oprindelige folk passer mange steder på mangfoldigheden og biodiversiteten.

I Bolivia er der 4.000 slags kartofler - hvor mange slags kender du?« spørger hun, og jeg svarer fra hoften: måske 15-20 slags, men hverken 100 eller 1.000.

Og så afslutter Antonella: »Når et globalt set lille land som Italien er så kendt, så skyldes det mangfoldigheden af mad. Hver eneste region her har sin egen identitet og måde at dyrke på og lave mad. Man kan lave pasta på en million måder. Mad er en fælles åndskultur. At høre til et fællesskab handler også om at dele mad, og i alle fællesskaber handler det om at spise og drikke.

Nydelse er centralt i alles liv.« Lokal gryde med lam, rødder og kål - ca. 8 portioner Det her er en af de retter jeg bliver ved med at lave: 1 kg dansk lam, f. eks. hals eller culotte 500 g løg 1 hvidkålshoveder, ca. 1 kg 1 bundt persillerødder, ca. 500 g 1 hvidløg 4-5 kviste frisk timian og 3-4 laurbærblade ca. 4 spsk. groft salt og friskkværnet peber 3-4 dl vand 2 håndfulde frisk persille Tilbehør: kartofler eller godt hvedebrød? Skær **kødet** ud i stykker på ca. 3 x 3 cm. Skær evt. noget af fedtet væk - der må gerne være noget tilbage. Pil løgene, og skær dem i både. Skær kålen ud i stykker på ca. 3 x 3 cm uden stok. Skrub persillerødderne, og skær dem i stykker på ca. samme størrelse.

Varm en stor stegegryde godt op. Brun **kødet** i eget fedt eller evt. i olie. Tilsæt løg, kål, og stykker af persillerødder og varm godt igennem. Tilsæt pillet knust hvidløg, timian, laurbærblade.

Krydr med salt og masser af peber.

Tilsæt lidt vand til retten, og lad **kød** og kål blive mørt under lågi 45 minutter-1 time afhængigt af kødudskæringen.

Smag til med salt.

Drys med hakket persille, og nyd med kartofler eller brød. Retten smager endnu bedre dagen efter, den er lavet! Sæt resten i køleskabet så hurtigt som muligt, så den hurtigt bliver kold. Læs mere på information.dk/.

modernetider@information.dk.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Information

Beværtet Den Gule Cottage

12. juli 2014, Information, Sektion 2 (Sommertider), Side 17, Lars Bjerregaard..., 1116 ord, Id: e47c2698

Udsigt og udsøgt. Alt det fantastiske, den lunefulde danske sommer har at tilbyde.

Henter billede...

Mmmh bonsai-mad,« sagde Kåre, mens han suttede det lille, overordentligt bløde og saftige confi-terede vagtellår i sig.

Det var et udtryk, jeg ikke havde hørt før: bonsai-mad. Men det er jo netop derfor, man tager medspisere ud på anmelderbesøg - for på den måde at kunne lade sig inspirere sprogligt.

Imellem os stod et træfad med fem små snacks, salte brødstænger med hvedemayo til, porterristede mandler, små kvadrater af letsaltet, rå laks med dildcreme, rygeostcreme med små nybagte stykker smørstegt rugbrød og altså det lille bitte vagtellår, confiteret og serveret med en meget syrlig æblegelé til.

Bonsai-mad, miniature og godt håndværk.

Vi sidder i den bagende sol, som stråler hvert år til Kåres fødselsdag, på en terrasse og ser ud over strandparken Bellevue og Øresund.

I glasset bobler champagnen, en Blanc de Blanc fra Bonville, på den søde side, det er skønt i varmen. Jeg behøver ikke at skrive det, men gør det alligevel, for lige på det tidspunkt, var der simpelthen ikke andre steder, jeg hellere ville være end lige netop der, hvor jeg sad: på Den Gule Cottages terrasse.

Snackene var gode. Hver og en af dem.

Det er dejligt at få sådan et fad, uden at der ligger forarbejdede produkter på det, som eksempelvis pølse eller skinke. Det er skønt i stedet at få et stykke rå laks og et vagtellår.

Og så den fantastiske rygeostcreme. Rygeost er en af mine absolutte favoritspiser, og når den som her er tryllet om til den mest cremede creme i cremehimlen, så er det en delikatesse i verdensklasse.

Rygeostcremen genså jeg allerede i min forret, og det var et, om ikke tårevædet, så i hvert fald ganske lykkeligt gensyn. Denne gang havde den fået følgeskab af fileter af saltet dansk makrel med nye kartofler, både kogte og som chips. Derudover tynde skiver af sprøde radiser, lidt brødkrumme og masser af karse. Retten lå der og lignede den smukkeste forsideillustration til bogen om alt det fantastiske, den lunefulde danske sommer har at tilbyde. Makrellen havde en kraftig smag og var helt i sync med rygeostcremen og den kradse karse. Jeg drak et såre godt glas blandingstysker til, Duell - Manz triffet Thanisch, en pinot blanc møder en riesling, og fantastisk vin opstår. Ikke for traditionalister, men for alle os andre, som er lykkeligt blottet for principper, er dette en vindervin.

Rieslingens finesse møder pinotens saft og kraft i en ganske mineralsk omfavnelse. Ægte kærlighed og herligt til den mildt salte og sødmefulde fisk.

Kåre forlystede sig imens med en perfekt stegt rødtungefilet med en kraftigt smagende løvstikkecreme, nye kartofler, en aldeles dejlig, skilt kærnemælks-løvstikkesovs, som sammen med smuldret, hårdt ristet bacon virkelig fik knald på de selleriagtige toner i løvstikken. Flot afstemt ret serveret med et glas lidt spids biodynamisk chardonnay Les Genièvières fra Domaine Guillot-Broux, som havde det meste i næsen. Men sådan kan de være, de franskmænd.

Sovs med lakridsagtig dybde

Videre til hovedretterne, som for Kåres vedkommende bestod af kalv, fra culotten, smukt stegt, rød og saftig, med tre slags løg, en fint afstemt peberrodscreme og en skysovs med kapers. Kapers og **kød** har det jo umådeligt godt sammen, og serveret som her med en peberrodscreme får sovsen en nærmest lakridsagtig dybde. Kåre fik serveret et glas Dolcetto 2012 fra Sandrone, som med sine milde anisnoter og umodne mørke frugt gik fint i spænd med både peberrod, kapers og **kød**.

Jeg skulle have lammebrisler. Det er lidt af et fund, syntes jeg, da man ellers næsten udelukkende støder på kalvebrisler, som da bestemt ikke skal forklejnes. Lammebrisler er bare noget andet. For det første smager de, ikke overraskende, af lam, for det andet er de, til forskel fra kalvens, ganske kødfulde.

Det gør naturligvis, at man skal have tungen lige i munden, når man tilbereder dem, således at de ikke bliver tørre. Det havde man på Cottagen. Saftige og perfekt sprødstegte lå de på en bund af friskost på ged og havde fået selskab af forårsløg, croutoner, lidt dild og lidt maltjord. Det er en heftig servering, da både gedeosten og lammebrislerne kæmper hårdt om opmærksomheden og har hver sin meget markante konsistens, men hjulpet godt på vej af bourgognen i mit glas, en blød og rund pinot noir fra Jean-Marc Millot, landede retten præcis, hvor den skulle. I min mave.

Sødt i sødt

Tid til desserter. Kåre snuppede en klassisk firelags chokoladekage, klassisk i Sydeuropa i hvert fald, med en mild skyrcreme og en virkeligt elegant skovmærkesorbet, som hverken kom i slagsmål med skyr eller kage, da de fire slags chokolade alle var af den milde slags. Et glas Taylor Vintage Port 08 ledsagede den fine dessert.

Jeg sprang ud i jordbær med hyldeblomstsorbet, shortbread, karamel, skovmærker og kerner. Puha, det var en ordentlig smøre og også kædens svage led. En alt for sammensat ret med alt for mange komponenter, som ikke ændrede på, at det hele endte med bare at smage sødt i sødt. Jeg havde været såre tilfreds med en skål af de vidunderligt søde,

danske jordbær, måske med en kugle hyldeblomstis til. Jeg drak et godt glas brachetto til, altså en sød, let mousserende rødvin med meget lav alkoholprocent fra Cascina Riveri.

Et skønt glas saftvand, som klædte jordbærrene i både farve og smag.

Kaffe med sødt var vi blevet lovet, og vi blev ikke skuffede. Et bræt med fem små søde sager blev sat i mellem os. Skaller af hvid chokolade, rullet i lakridsstøv, med hindbærsorbet i. En lille småkage med pistacie og chokolade, en superblød skumfidus med citrus.

En sej, mørk karamel med yoghurtstøv og en himmelsk romkugle med hindbærstøv. Smuk afslutning. Der var tale om dobbeltdessert, og det skal man bestemt ikke klage over.

Det løb op i 1.490 kroner, en meget rimelig pris, og der er i det hele taget ikke mange fingre at sætte på et besøg på Den Gule Cottage, heller ikke Kåres og mine. Skulle jeg alligevel drysse en smule malurt i denne fine frokosts bæger, så kunne jeg nævne, at der går en my for længe mellem retterne. Det hele er meget afslappet i solen på terrassen, helt fint. Men ofte fik vi ryddet bordet og derefter øjeblikkeligt hældt det nye glas vin til den næste ret op. Det sad vi så og stirrede på i 15-20 minutter, og det er altså for lang tid for undertegnede at stirre på et godt glas vin, også selvom vinen serveres iskold for at kunne klare at stå i varmen på terrassen. Men således fik Kåre og jeg jo desto mere tid til at sidde i solen, kigge på de badende nordsjællændere og tale om bonsai-mad.

modernetider@information.dk .

Fakta: Den Gule Cottage

Strandvejen 506, 2930 Klampenborg Man-søn: 12-24 Bordbestilling: 39 64 06 91
www.dengulecottage.dk.

- Tempo. Man skal ikke have travlt, når man **spiser** frokost på Den Gule Cottage, hvor ventetiden mellem retterne er anselig, men det hele værd. Foto: Sofie Amalie Klougart/ Scanpix

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingsystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.

Hjemmelavet festmad til mange

24. maj 2014, Information, Sektion 2 (Moderne Tider), Side 18, Katrine Klinken..., 685 ord, Id: e46aa834

Værs'go' og spis.

Henter billede...

Engang var serveringen til de store festmiddage suppe, steg og is. Det er en menu, der er praktisk at planlægge for husmødre og -fædre og kogemænd og -koner. De seneste årtier er det blevet mere almindeligt at få festmaden fra professionelle køkkener, og det er af varierende kvalitet. Hvem har ikke stået over for en buffet med forskellige retter, der vælter rundt i hinanden og smagsmæssigt ikke passer sammen. En buffet bør stilles pædagogisk op i den rækkefølge, kokken har tænkt sig retterne spist. Det kan evt. gøres med skilte, men det allerbedste er betjent buffet. Er der tid, plads og mulighed, kan portionsanretninger være en god løsning. Så kan man se, hvor meget af hvad der hører sammen. Som vært kan man også fortælle sine gæster, at de f. eks. fint kan starte med fisk og grøntsager og vente med de grillede spareribs til næste tallerken.

Planen

En god festmiddag starter med god planlægning.

Lav en tidsplan og find ud af, hvad der kan gøres i god tid, og hvad der er bedst at gøre, lige før man skal spise. Færre retter, der er godt tilberedt, frisklavede og velsmagende, er bedre end en stor rodebutik. Er buffeten et sammenskudsgilde, kan to jo godt lave samme salat, kage eller andet.

Portionsstørrelser

Portionsstørrelser ved flere retter mad og med mange forskellige gæster afhænger af arrangementet, hvornår på dagen det er, samt antallet af retter og tilbehør. Er der flere retter, bliver der spist mindre af hver, end der typisk er angivet i opskrifterne.

Hvis man laver mad til mange, vil der generelt også skulle laves mindre mad pr.

person. Når man laver mad til 20 og derover, skal man lave ca. 10-20 % mindre pr.

person end man ellers regner med.

Dvs. at en almindelig opskrift til 4 personer kun skal ganges op med 4-4,5 og ikke med 5, hvis man laver mad til 20 personer.

Her er vejledende portionsstørrelser, når man laver mad til mange (altså ca. 20 eller flere). Angivelserne er gennemsnit for 1 person til et måltid: **Kød**, fjerkræ, fisk og indmad: 100-175 g afhængigt af mængden af tilbehør Grønsager - kogte og bagte: 150-200 g Råkost: 125-175 g Kartofler, kartoffelmos, ris m. m. - kogt vægt: 150-250 g Brød: ca. 75-150 g Sovs: 1 dl Dessert: fromage, mousse og lagkage ca.

2 dl - ca. 125-200 g Kage: ca. 75-150 g Frisk frugt: 75-150 g.

Aspargessuppe - 4 personer

400 g hvide asparges 250 g grønne asparges 6 dl hønse-eller grønsagsbouillon 1 dl piskefløde 4 æggeblommer salt og friskkværnet hvid peber ca. 2 tsk. citronsaft Tilbehør: godt brød? Skræl hvide asparges fra hovedet og nedad. De grønne skal ikke skrælles.

Bræk de træede ender af aspargeserne.

Skyl i koldt vand. Kog bouillon 10 min.

med aspargesenderne. Tag dem op med en hulske og kassér dem.

? Skær aspargeserne i stykker og læg hovederne til side. Kog stykker af hvide asparges ca. 10 min. i bouillon, til de er helt møre. Hæld bouillon og stykker af hvide asparges i en blender, og kød, til det er cremet. Si suppen.

? Kog grønne asparges og hvide aspargeshoveder 2-3 min. i suppen. Rør fløde sammen med æggeblommer og citronsaft. Rør det i suppen og varm op til kogepunktet uden at suppen koger.

Smag til med salt og peber.

Nøddekage med rabarber eller jordbær - 10-12 stykker.

Vaniljecreme: 2 dl sødmælk 2 æggeblommer 25 g sukker 1 stang vanilje (en halv, hvis det er polynesiske vanilje) 1 spsk. majsstivelse Kagedej: 75 g sukker 125 g blødt smør 200 g marcipan 3 æg 2 spsk. kartoffelmel 125 g hasselnøddekerner Tilbehør: rabarberkompot

eller jordbær? Vaniljecreme: Pisk mælk, æggeblommer, sukker, vaniljekorn, den tomme vaniljestang og majsstivelse sammen i en gryde. Kog cremen under omrøring i ca. 4 min.

? Dej: Rør sukker og blødt smør skummende, og tilsæt groftrevet marcipan og sammenpiskede æg ét ad gangen. Rør vaniljecremen i dejen.

? Hak nødderne mellemfint, og bland med kartoffelmel. Rør blandingen i dejen.

Fyld den i en smurt springform, og bag kagen i ca. 40 min. ved 175 grader, til den er gennembagt. Kagen er fin friskbagt.

Opbevares evt. på køl til næste dag.

modernetider@information. dk.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.



Debat: Måltider med skjult dagsorden

16. september 2014, Information, Sektion 1, Side 21 (DEBAT), Mette Kure Hansen, Formand for Dansk Vegetarforening, København..., 208 ord, Id: e49449e8

Fødevareminister Dan Jørgensen (S) har nedsat en måltidstænketank, hvor en række eksperter skal stikke hovederne sammen og formulere danske måltidsråd. De skal supplere kostrådene og få os til at overveje, hvordan vi **spiser**. Det lyder jo meget godt, men ikke med Søren Gade i spidsen.

Henter billede...

Søren Gade er administrerende direktør i Landbrug & Fødevarer.

Han har udtalt, at han gerne vil være med til at formulere en vision, som understøtter den madkultur, vi har i dag. Det synes vi i Dansk Vegetarforening er uambitiøst.

Dansk madkultur bygger på et højt forbrug af **kød**, som er med til at lægge pres på dyrevelfærd, miljø, folkesundhed og klima. I stedet for at holde hånden under en ubæredygtig madkultur, bør man snarere skabe en madkultur, som kan adressere de samfundsproblemer, der er skabt af vores overforbrug af **kød**. Når Søren Gade ønsker at understøtte den madkultur, vi har i dag, må det udelukkende være, fordi han vil varetage Arlas og Danish Crowns interesser.

Hvis vi ønsker en madkultur med mere kvalitet, kommer vi ikke uden om, at vi skal spise mindre **kød** og flere vegetariske måltider. Dan Jørgensen har ret, når han peger på behovet for en ny og stærkere madkultur, desværre vil Søren Gade bare have mere af det samme.

Alt materiale i Infomedia er ophavsretligt beskyttet.

Kunden må ikke sælge, videregive, distribuere, gengive eller mangfoldiggøre materiale fra Infomedia uden særlig og skriftlig aftale med Infomedia. Overført (downloadet) materiale skal slettes efter anvendelsen og må ikke indlægges i informations-genfindingssystemer, som for eksempel elektroniske postsystemer, databaser, fælles netværk eller lignende.

Videreformidling

Kunden må foretage videreformidling (ved videreformidling forstås kopiering, distribution via elektronisk post, tilrådighedsstillelse i databaser, på netværk eller lignende) af modtagne overskrift- og indledningsformater inden for kundens egen virksomhed. Al anden videreformidling af materiale fra Infomedia skal aftales skriftligt med Infomedia.